उर्दू संग्रह

पुस्तक का नाम टीका चेचक के फायदा या खतरनाक अमल

लेखक हकीम डा० गुलाम नबी

प्रकाशन वर्ष ....

HIKMAT AMLI


562;U


561 U



رسالہ
ٹیکا چیچک بیفائدہ و خطرناک عمل ہے



ولایت کی ۵۴ سال کی سرکاری رپورٹون۔ گورنمنٹ کے کاغذات
ہسپتالون کے رجسٹرون۔ نقشہ جات ضروری۔ یوروپ کے
چند مشہور ڈاکٹرون اور محققون کی تصانیف۔ اور متعدد
انگریزی رسالون سے اخذ کیا گیا۔

مؤلفہ ومرتبہ

حکیم ڈاکٹر غلام نبی زبدۃ الحکماء مصنف رسالہ جوانی دیوانی
رسالہ زینت الشباب فی بیان کیفیت الشعر والخضاب۔ رسالہ دافع
آتشک سوزاک۔ رسالہ معالجات بواسیر۔ رسالہ ہیضہ۔ ر...
صحت المدارس۔ رسالہ مزید العمر۔ رسالہ ...
حافظ صحت لاہور



قیمت ۲/ نقد و کاپی

دیباچہ

ٹیکا چیچک بے فائدہ اور خطرناک عمل ہے

راست میگویم واز گفتۂ خود دلشادم
بندۂ عشقم واز ہر دو جہان آزادم

ہندوستان میں ایک عرصہ سے یہ کوشش ہو رہی ہے کہ ٹیکا چیچک کو سرکاری قانون کی رو سے لازمی بنا دیا جائے۔ جب کبھی اس قسم کی کوئی تحریک ملک میں ہوتی ہے اخبارات کے کالم اسکی تائید مین سیاہ ہو جاتے ہین۔ بڑے بڑے دعوے پیش کئے جاتے ہین۔ بہی خواہان ملک بڑی بڑی زبردست تحریرون اور تقریرون سے اس کے سرانجام میں سرگرمی سے کوشش کرتے ہین چھوٹا بڑا جسکو دیکھو اسی پر اڑا ہوا ہے کہ ہان۔ ٹیکا چیچک ضرور لازمی ہونا چاہیئے ”لہو نکالنے والون“ سے ڈرنا وحشت اور جہالت سمجھا جاتا ہے۔

ملک کی بہی خواہی کے واسطے ضروری ہے کہ ٹیکا چیچک لازمی قرار دینے کی کوشش کیجائے۔ ہر ایک شخص دامے۔ درمے۔ سخنے۔ قدمے۔ ہر طرح کوشا[illegible] ہے۔ کیونکہ وہ اسکو اپنے ملک کا ایک فرض اپنے ذمہ سمجھتا ہے جو لوگ ٹیکا چیچک کے مخالف ہون اگو وہ کسیوجہ سے ہو[illegible] [illegible] وہ وحشی اور جاہل سمجھے جاتے ہیں[illegible]

جس تعلیم یافتہ کو دیکھو وہ اپنی شائستگی اور تہذیب کا مقتضا یہی سمجھتا ہے کہ ہر شخص کو تمام عمر مین تین مرتبہ نہایت احتیاط سے ٹیکا چیچک لگوانا چاہئے جسقدر زور ہمارے تعلیم یافتہ اصحاب ٹیکا چیچک پر دیتے ہین اسقدر شاید کسی مذہبی مسئلہ پر بھی نہ دیتے ہونگے۔

نتیجہ اسکا یہہ ہوا کہ اکثر شہرون مین ہندوستان مین واقعی ٹیکا چیچک لازمی قرار دیا گیا ہے۔ اگر کوئی شخص اس سے انکار کرے تو وہ سزا کا مستوجب سمجھا جاتا ہے۔ اور عنقریب وہ زمانہ آنیوالا ہے کہ اگر ایسے ہی واویلا مچی رہی تو ٹیکا چیچک بھی ضابطہ قانون سرکاری مین داخل ہو کر تمام ہندوستان مین بلا تمیز عالمگیر طور پر جاری ہو جائیگا۔

ہمکو تعجب ہے کہ عام طور پر بلا تمیز ہر ایک شخص مین تقلید کا مادہ حد درجہ کا موجود پایا جاتا ہے۔ تقلید سے ہمارا مطلب یہہ نہین ہے کہ ہر ایک شخص ڈیڑھ اینٹ کی جدا ہی مسجد بنائے بلکہ اس سے یہ غرض ہے کہ محققانہ تقلید ہونی چاہیے نہ کہ اندھا دھند جوسنا اسی کے پیچھے لگ پڑے۔

ہر ایک چیز کے دو پہلو ہوتے ہین۔ ایک تاریک۔ دوسرا روشن۔ ہمارا فرض ہے کیا بحیثیت انسان ہونے کے اور کیا بحیثیت ایک دنیا دار کے کہ ہر ایک چیز کو جو ہمارے سامنے پیش کیجائے غور سے دیکھین اسکی تحقیق کرین۔ اسکے ہر ایک پہلو پر نظر کرین۔ اور پھر جو فیصلہ ہو اُسپر عمل کرین۔

ہمارے ہندوستان کے حکماء نے خدا کے فضل سے تحقیق کا سبق ہی نہین پڑھا۔ اور نہ اس مغز خراشی مین پڑے۔ رہی انگریزی ڈاکٹر تو وہ بھی جو دیسی ہین انمین اور دیسی حکماء مین انیس بیس کا ہی فرق ہے۔ ہمارا تعلیم یافتہ اصحاب جو ملکی بھی خواہی اور حب الوطنی کے بڑے لمبے لمبے دم بھرتے ہین۔ وہ بیچارے تو

اس کوچہ ہی سے نابلد ہیں۔ پس کیا کیا جائے افسوس نہین کہ اگر ہم خود تحقیق نہین کر سکتے یا نہین کرنا چاہتے۔ اور اوسکو تھیر کرتے ہین۔ تو دوسرون کی تحقیق سے بھی کام نہین لیتے۔ ہمکو خدا نے عقل و فکر اسواسطے دی ہے کہ اوسکو کام میں لائین۔ اور جب ان امور پر اور ان باتون میں ہم اسکو صرف نہ کرین تو نہ معلوم اسکے صرف کرنیکا اور کونسا موقع ہوتا ہے۔

یہ امر مسلم ہے کہ اہل یورپ کے برابر آج دنیا میں کوئی محقق نہین۔ ان لوگون کو جو عالی دماغ اور صحیح ذہن قدرت نے عطا فرمائے ہین۔ انسے انہون نے وہ وہ باتین تحقیق کی ہین کہ جو وہم و گمان میں بھی نہ آسکتی تہین۔

لہذا ٹیکا چیچک کی نسبت بھی اکثر ڈاکٹرون نے ولایت میں تحقیق کی اور اس سے انکو معلوم ہوا کہ ٹیکا چیچک سے بجائے فائدہ کے نقصان ہوا ہی۔ یعنی نہ صرف ٹیکا چیچک سے مرض چیچک کا انسداد ہی نہین ہوا ہے۔ بلکہ اس سے موت کا بازار زیادہ گرم ہوگیا ہے۔ کئی ایک امراض زیادہ پیدا ہوگئی ہین۔ اور لوگ کثرت سے طرح طرح کی بیماریون میں مبتلا ہوکر موت کا شکار بننے لگے ہین۔ اسواسطے ان لوگونکو جب کامل یقین ہوگیا کہ ٹیکا چیچک واقعی ایک بیفائدہ اور خطرناک عمل ہی تو انہون نے ایک کمیٹی قایم کی تا کہ ٹیکا چیچک کا انسداد کیا جائے۔ لوگ اس سے آزاد کردیئے جائین (کیونکہ ولایت میں ٹیکا چیچک قانوناً لازمی ہے)۔ یہ کمیٹی ایک رسالہ شایع کرتی ہے جسکا نام "محقق ٹیکا چیچک" ہے۔ علاوہ ازین اس کمپنی نے کئی ایک رسالہ شایع کئے ہین جنمین یہہ ثابت کیا گیا ہے کہ ٹیکا چیچک بالکل بیفائدہ عمل ہی اور اس سے تعداد اموات مین دن بدن زیادتی ہوتی جاتی ہے۔ اور نئے امراض بڑھتے جاتے ہین۔

اس کمیٹی میں ولایت کے ہر درجہ اور ہر لیاقت کے بہت سے ڈاکٹر شامل ہین۔ اور

وزرات اس امر کی کوشش کر رہے ہین کہ ٹیکا چیچک ملک سے بالکل دور ہو جائے۔
ہندوستان اور ولایت کی آب و ہوا اور نیز دیگر ضروری امور متعلق صحت جسمانی میں زمین
و آسمان کا فرق ہی۔ ایک ذرا سی بات ہی کہ وہ ملک سرد ہی۔ وہان کی لوگونکا خون
برخلاف اسکے ہمارے ملک میں کہ جو تمازت آفتاب اور بہت سے مقامی خصوصیات کے خون میں مواد
اجتماع ہمیشہ کچھ نہ کچھ ہوتا ہی جو بلحاظ صحت و صفائی اور عمدہ مقامی خصوصیات کی ہندوستان پر فوقیت رکھتا ہی؟
بالا ڈاکٹرون نے اپنی تحقیق سے ثابت کر دیا ہے کہ ٹیکا چیچک سے طرح طرح کی امراض متعلق خون پیدا ہو گئی
الامان! ہمارے ہندوستان کا کیا حال ہوگا؟ مزید بر آن ولائت مین سائنس اور مختلف علوم و فن
جو ترقی کی ہی وہ اظہر من الشمس ہے۔ ہر شخص جانتا ہی کہ وہان کا ایک ایک بچہ اُن قواعد حفظان صحت
تہوڑی بہت واقفیت رکھتا ہی کہ جن سے ہمارے ملک کے جمہور انام بالکل بے بہرہ اور محض نابلد وہان کے لوگوں
طریق رہائش۔ لباس۔ طرز زندگی۔ وضع قطع۔ عادات اور دیگر لوازمات کو دیکھو قریباً سب حکیمانہ ہین۔ اور
یہ باوجود اسکے جب ان لوگون مین مرض چیچک کا ٹیکا چیچک سے انسداد کرتی کرتے موت کا بازار زیادہ گرم ہو گیا
کئی امراض بڑہ گئی ہین۔ تو ہمارے ہندوستان کا کیا احوال ہوگا؟ یہان نہ شہرونکی صفائی درست
نہ لوگونکا طریق رہائش قابل اطمینان نہ طرز زندگی مضرت سے مبرا۔ علوم و فنون سے جو سکو واقفیت ہے وہ
محتاج بیان نہین۔ ہمارے مکانات دیکھو اور پہر اُنکی صفائی پر غور کرو سوچو کہ ہمکو حفظان صحت کے
قواعد سے کس قدر خبر ہی اور ہم کہانتک اُنکی پابندی کرتے ہین صحت جسمانی کا ہمکو کہانتک خیال ہی۔ اور کس قدر
ہم اسکی تعمیل کرتے ہین۔ کیا کیا ذرایع و وسایل ہمارے ملک مین ہمارے واسطے مہیا ہین اور کیا کیا
سامان ہمارے آرام کی خواہ سرکار کیطرف سے یا ہمارے اپنی طرف سے دسترس مین ہین۔؟
جب ہم ان باتون کو سوچتے ہین اور پہر ولایت کے حالات پر ایک نظر ڈالتے ہین اور ٹیکا چیچک کے
نتائج کو اسملک مین معلوم کرنا چاہتے ہین تو صرف خیال کرنیسے ہمارے رونگٹے کھڑے ہو جاتے ہین۔
ع قیاس کن زگلستان من بہار مرا ٭ یہان تو پہر خدا ہی حافظ ہی۔ اور اگر ولایت کے
مخالفین ٹیکا چیچک کے دعاوی صحیح ہون تو الامان! اسقدر بندگان خدا کی خطا و بے قصور

...بدولت شیر اجل کا شکار ہوتے ہین -؟ چونکہ ہمارے ہندوستان مین ولائیت کیطرح
...ر عمدہ مفصل نقشہ جات ایسے دستیاب نہین ہوسکتے کہ اُنسے اصل حقیقت دریافت ہوسکے
...نتائج کامیابی سے نکل سکین - لہذا ولائیت کی حالات پر اکتفا کیا گیا - کیونکہ ایک تو جو نقشہ جات
...ئے گئے ہین وہ مفصل اور بانتیجہ ہین - نیز مستند ہین اور جس قدر اور تحریرات ہین اُنسے بھی
...لیا گیا ہے - نیز ولائیت کے حالات و اسباب اور پھر ٹیکا چیچک کے نتائج جو وہان پیدا ہوتے ہین
...یاس کر سکتے ہین - ناظرین ان اوراق کے مطالعہ سے یہ نہ سمجھین کہ مین خود ذاتی طور پر ٹیکا چیچک
مخالف ہون؟ نہین! نہ انکو ایسا سمجھنا چاہیئے - اور نہ یہ معلوم کرنیکی ضرورت ہے - مگر مین نے
یہ نہایت ضروری مسئلہ کا ایک دوسرا پہلو پیش کیا ہے جسکا ابتک ایک ہی پہلو ملک کے سامنے
پیش کیا جاتا تہا - نہ دوسرے پہلو کا کسی کو خیال تہا - اور نہ کوئی اُسے دکہلاتا تہا - ٹیکا چیچک کا
روشن پہلو ہی سب کو معلوم تہا اور اسپر سب زور دیتے رہے تہے - اب یہ تاریک پہلو آپکی
ٹیکا چیچک ...نظر ہے - دونون پہلوؤن پر غور کیجیے - سوچیئے - مگر مین نہین کہتا کہ کیا نتیجہ نکالیئے -
آپ اپنی غور و فکر سے کام لین - اور اپنے واسطے خود ہی انصاف کر لین کہ آیا واقعی اب ٹیکا
چیچک مفید اور منفعت بخش عمل ہے - اور اس سے مرض چیچک کا انسداد ہونا ممکن ہے یا درحقیقت
یہ مضر اور نقصان دہ اور بیفائدہ اور خطرناک عمل ہے اور اس سے چیچک کا بالکل انسداد نہین ہوا
بلکہ برعکس اسکے چیچک سے شرح اموات زیادہ ہو گئی ہے - اور نیز کئی ایک اور امراض کو ترقی ہوئی
ہے جس سے لوگ بہت مرنے لگے ہین ٭٭

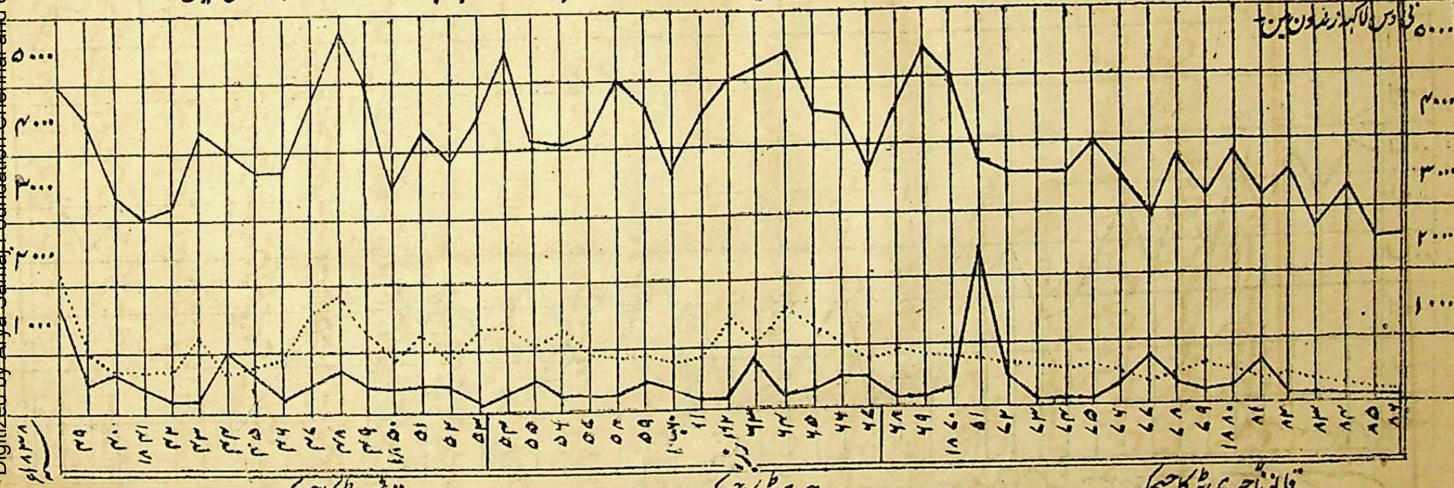
من نہ گویم کہ این کن و آن کن ٭ مصلحت بین و کار آسان کن .

آئیندہ کوشش کر کے ہندوستان کی متعلق جو کچھ حالات تحقیق سے دریافت ہونگے ہم اون کی
نسبت بھی کچھ لکھکر اپنے ملک کے سامنے پیش کرینگے - ٭

نقشہ اوّل

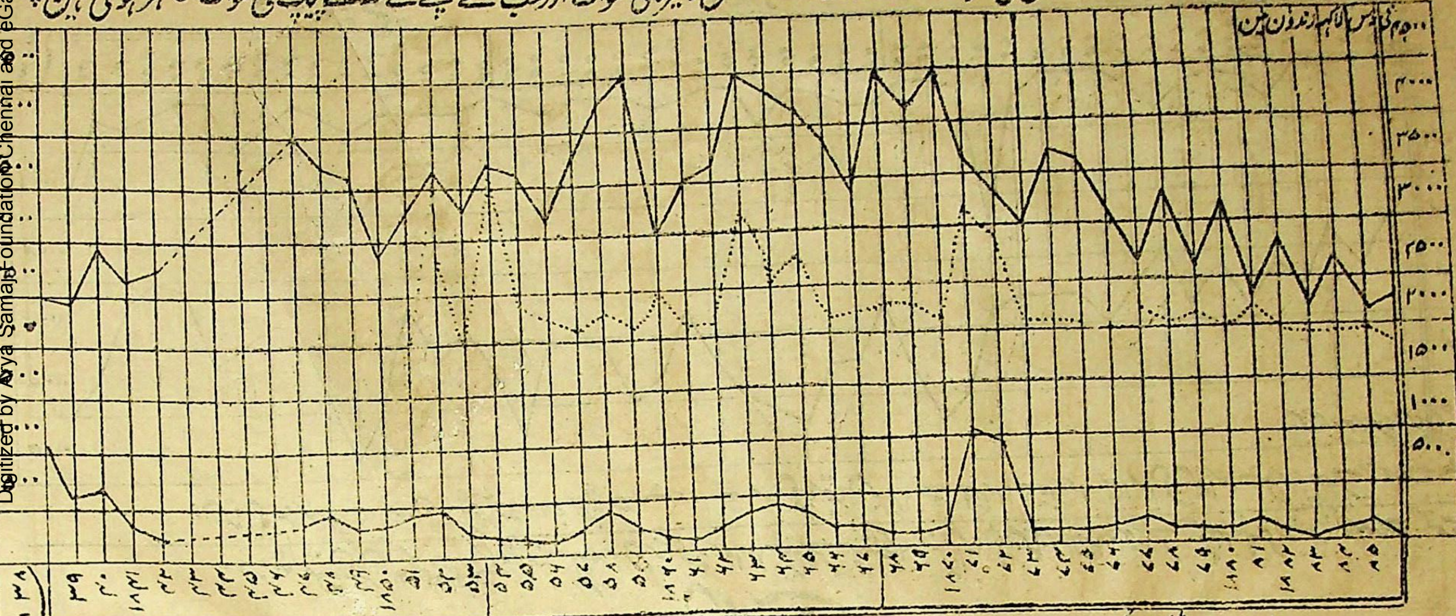
نقشہ جس سے معلوم ہوتا ہے کہ شہر لنڈن کے زندہ باشندون مین فی دس لاکھ سوائے ہیضہ کے چیچک اور اور بڑی بڑی زموٹک بیماریون سے کتنے کس جان بحق تسلیم ہوئے۔

سب سے اوپر کے خط سے زموٹک امراض کی اموات۔ اور نقطہ دار خط سے ٹائفس وغیرہ کی اموات۔ اور سب سے نیچے خط سے چیچک کی اموات ظاہر ہوتی ہین۔



نقشۂ دوم

نقشہ جس سے معلوم ہوتا ہے کہ انگلستان اور ویلز کے زندہ باشندوں میں فی دس لاکھ سوائے ہیضہ کے چیچک اور اور بڑی بڑی بیماریوں سے کتنے کس جان بحق ہوئے ❊
سب سے اوپر کے خط سے زموٹک امراض کی اموات۔ اور نقطہ دار خط سے ٹائفس وغیرہ کی اموات اور سب سے نیچے کے خط سے چیچک کی اموات ظاہر ہوتی ہیں ❊



ٹیکا چیچک بیفائدہ اور خطرناک عمل ہے

حصہ اوّل

چیچک سے وقوع اموات اور ٹیکا

اس امر کے دوران تحقیق مین کہ ٹیکا چیچک کے چیچک کے روکنے اسکے کم کرنے یا اسکو ترقی دینے کے متعلق کیا کیا اثر پیدا ہوتے ہین - مین نے وہ نتایج اخذ کیئے ہیں جو میرے نزدیک بالکل صحیح اور درست ہین - علاوہ ازین یہ مسئلہ ایسا ہے جسپر ہماری ذاتی آزادی اور نیز کروڑہا باشندگان عالم کی صحت وتندرستی کا دار ومدار ہے - مین اپنا فرض سمجھتا ہون کہ اس مسئلہ مین جہان تک صداقت ہو اسکا مخلوق عالم پر اظہار ہو جائے - اور خصوصًا وہ اصحاب اس سے خبردار ہو جائین جو غلط اعتقاد یا خراب کن بیانات پر اعتبار کرکے اس عمل ٹیکا چیچک کو مجموعہ تعزیرات ہند کے ذریعے جبری بنانا چاہتے ہین

لہذا اس غرض سے مین ذیل کے چار اصول قایم کرتا ہون - جو وہ نتایج ہیں جو ولائیت کی سرکاری رپورٹون سے اخذ کیے گئے ہین - اور اس امر کا آئیندہ صفحون مین التزام کیا جایگا کہ جو کچھہ ان اصولون پر بیان کیا جاوے عام فہم ہو - وہ اصول یعنے نتایج جو سرکاری رپورٹون سے نکالے گئے ہین حسب ذیل ہین :-

۱ - رپورٹ اموات چالیس سالہ معہ وجوہات کے ثابت کرتی ہے کہ چیچک سے اموات مین نہائیت ہی خفیف کمی ہوئی ہے - اور یہی نہین بلکہ پچھلے بارہ سالون سے اس مرض کو حد درجہ کی ترقی ہوتی جاتی ہے -

۲ - کوئی شخص دنیا بھر مین یہہ ثابت نہین کر سکتا کہ چیچک سے تعداد اموات مین جو نہائیت ہی خفیف کمی ہوئی ہے وہ ٹیکے کیوجہ سے ہوئی ہے -

۳ - چیچک کی سختی اور جان گیری بحیثیت ایک مرض کے بالکل ٹیکے سے دور نہین ہوئی اور نہ کم ہوئی -

۴ - جبری ٹیکا چیچک سے کئی ایک نہائیت سخت جان گیر اور پرلے درجہ کے مہلک اور قریباً لاعلاج مرض پیدا ہو گئے ہین -

۱ - ۲ - ۳ - نقشہ منسلکہ کے خانہ جات ۱۸۳۸ء سے ۱۸۸۲ء تک یہہ ثابت ہے - اور علاوہ اسکے نقشہ منسلکہ سے مختلف سالون کی نسبتی تعداد اموات اور دیگر امور ضروری نہائیت واضح طور پر ظاہر ہین -

ٹیکا چیچک سے چیچک کم ضمین کچھہ کمی نہین ہوئی

نقشہ اول ۱۸۳۸ء سے ۱۸۸۲ء تک شہر لنڈن کی تعداد اموات سال بسال ظاہر ہوتی ہے - اسکے اوپر جو خط ہے اس سے اور بڑی بڑی زموتک امراض سے

جو اموات ہوئی ہین اُن کی تعداد ظاہر ہوتی ہے - مگر ان مین ہیضہ نہیں شامل ہے (کیونکہ یہہ ایک اتفاقی مرض ہے) علاوہ ہیضیہ کہ ذیل کی امراض ان مین شامل سمجھنے چاہیئے -

سکارلٹ فیور - وفتھیریا - میزلز - وہوپنگ کف - ٹائفائیڈ فیور - اور دیگر بخار - اور ڈٹاریا ان دونون کے درمیان نقطہ دار خط سے ٹائفیس وغیرہ بخارات کی اموات ظاہر ہوتی ہین -

اس نقشہ سے سب سے پہلے یہ بات معلوم ہوتی ہے کہ جب ٹیکا چیچک جبری اور قانونًا لازمی کر دیا گیا تو بہت ہی خفیف تعداد اموات کم ہوئی - مگر سنہ ۱۸۷۹ء کا مرض سب سے بڑھ کر مہلک ثابت ہوا -

بالا وسط ٹیکا چیچک سے کل عرصہ مندرجہ نقشہ ہذا کے قریبًا نصف مین ابتدا سے انتہا تک ۵۰۷ - اموات فی دس لاکھہ سالانہ کم ہوئی ہین - اب پہلے خط کو دیکھنے سے معلوم ہوتا ہے کہ خاص زمونک امراض کی اموات بھی معقول تعداد تک کم ہوئی ہین - خصوصًا عرصہ مندرجہ نقشہ ہذا کے پچھلے ۳۵ سالون مین - مگر ان امراض کی کمی چندان قابل لحاظ نہین جس وقت ہم کو یہ معلوم ہوتا ہے کہ اس اثنا مین ڈٹاریا سے جو اموات واقع ہوئین وہ بہت بڑھ گئین تھین اسکے برعکس ٹائفائڈ فیور کی اموات بنسبت چیچک کی اموات کے بہت کم ہو گئی ہین جیسا کہ نقطہ دار خط سے ظاہر ہے -

مگر یہ واضح رہے کہ اس کمی اموات کی وجہ حفظان صحت کے قواعد کی زیادہ تر پابندی - حافظہ مین صحت متعلق بدن کی تعمیل - اور غالبًا ترقی فن طبابت ہے مگر ہمین کچھہ شک نہین کہ ان تدابیر کا اثر بھی مرض چیچک پر پڑا ہے - اور چونکہ اس مرض کی تعداد اموات مین چندان کمی نہین ہوئی ہے - غالبًا ضرور کوئی

مخالف باعث موجود رہا ہے - لہذا بجائے اسکے کہ ٹیکا چیچک سے شہر لندن میں مرض چیچک کے کم ہونے کا ثبوت ملے - سرکاری نقشہ جات سے (جن سے بڑھ کر ہمارے بیان کے ثبوت کے واسطے اور کوئی معتبر ذریعہ نہیں ہو سکتا) صاف ظاہر ہے کہ حفظان صحت کے قواعد کی پابندی اور دیگر تدابیر کی تعمیل میں کسی کسی چیز سے ضرور ہی فرق لاحق ہوا ہے اور وہ چیز ٹیکا چیچک ہی ہے!

اب ہم نقشہ نمبر ۲ کی طرف ناظرین کی توجہ مبذول کرتے ہیں جس سے انگلینڈ اور ویلز کی حالت معلوم ہوتی ہے - مگر افسوس ہے کہ سنہ ۱۸۴۳ء سے سنہ ۱۸۴۶ء تک خانے صاف ہیں جنکی نسبت رجسٹرار جنرل خود کہتے ہیں کہ "یہ افسوس ہے کہ اموات کے بواعث تمیز نہ ہو سکے" اس نقشہ کے متعلق بھی وجوہات مذکورہ بالا در باب نقشہ نمبر (۱) خیال کرنے سے صاف ظاہر ہو جاتا ہے کہ ٹیکا چیچک سے مرض چیچک کسی طرح کم نہیں ہوا ہے -

مسٹر مارسن ولائیت کے چیچک ہسپتال کے سرجن نے سنہ ۱۸۷۱ء میں سلکٹ کمیٹی کو جواب دیتے وقت کہا تھا:-

"فی زماننا عوام الناس کو نہایت عالمگیر طور پر ٹیکا چیچک لگایا جاتا ہے اور ہر سال اس عمل میں ترقی ہوتی جاتی ہے - اور جہاں تک میرا خیال ہے جوں جوں زمانہ گذرتا جائے گا ترقی ہوتی رہے گی - لیکن افسوس کہ اب تک کسی نے اس امر پر مطلق خیال نہیں کیا کہ ٹیکا چیچک کے بعد سال بسال مرض چیچک میں زیادتی ہوتی جاتی ہے - ۳۵ سال گذرے کہ پہلے ہی پہل میں اس ہسپتال پر تعینات ہوا - لیکن رجسٹروں سے معلوم ہوتا ہے کہ ٹیکا چیچک کے عمل کے بعد بھی ہزاروں مریض ہسپتال میں معالجہ کے واسطے موجود رہے ہیں -

غور سے نقشہ دیکھنے اور تعداد اموات کی کمی و بیشی کے خیال کرنے سے امور

ذیل ثابت ہوتے ہین:-

۱- ٹائفس اور دیگر بخار جسقدر کم ہوئے چیچک کا مرض اسقدر کم نہین ہوا۔

۲- سرکاری- جبری- اور قانونی ٹیکا چیچک کے ۳۴ سال بعد ایک عالمگیر وبا مرض چیچک کی پھیل گئی۔

۳- اموات مین جسقدر کمی ہوئی وہ ٹیکا چیچک کی وجہ سے نہین بلکہ دیگر بواعث سے ہوئی۔

نقشہ جات جو یہان سرکاری رپورٹون سے اخذ کرکے درج کیئے گئے ہین ایسے صحیح ہین کہ اُنکی صحت مین دنیا کے پردہ پر کوئی فرق نہین نکال سکتا۔ اور خواہ کوئی ٹیکا چیچک کا مخالف ہو یا موافق۔ بجز سرکاری رپورٹون کے اور کوئی ثبوت اپنے دعوے کا پیش نہین کرسکتا۔

لیکن اب ناظرین خود اس امر کا فیصلہ کرلین کہ اگر سرکاری رپورٹون سے ہمارے دعوے کی تصدیق ہو تو اسوقت ہی آیا وہ ان اندھا دھند دعوٰون کو تسلیم کرینگے جو علے العموم آج کل ڈاکٹر یا دیگر اشخاص ٹیکا چیچک کے مفید ہونے کے بارہ مین پیش کرتے ہیں یا ان ہمارے ثبوتون کو تسلیم کرکے ہمارے دعوے سے اتفاق کرینگے۔

واضح رہے کہ جس زمانہ میں انسان کی ہی لمف سے انسان کو ٹیکا لگتا تھا جسکو انگریزی مین "ان آکیولیشن" کہتے ہین۔ اسوقت بھی ہزارون بلکہ لاکھون ڈاکٹر لکیر کے فقیر بھیڑ چال کا مصداق بنکر اسکے بڑے بھاری موید تھے۔ مگر جب اسکی تردید ہوئی۔ اور محققون نے اسکو ایک عبث اور بیکار عمل ثابت کردیا تو اسکے اسیطرح گرم جوشی اور دلی استحکام سے تردید ہونے لگی یہی حال آج کل اس ٹیکا چیچک کا ہے جسکو انگریزی مین "وکسی نیشن" کہتے

ہین۔ کہ بجائے اسکے کہ ڈاکٹر خود اس کی تحقیق کرین۔ وہ دوسرے محققون کی محنت کی بھی داد نہین دیتے اور نہ معلوم کس غرض سے علانیہ انکے ثبوت کی تائید اور اُنکے دعوے کی صداقت کا اقرار نہین کرتے۔ بلکہ ایک عام شور کے ساتھہ ہم آواز ہین گو کچھہ اصلیت سے خبردار نہین کہ ٹیکا چیچک بالکل مفید اور مرض چیچک کیواسطے سب سے بڑہ کر حفظ ماتقدم ہے"۔

مرض چیچک ٹیکا چیچک سے کم نہین ہوا

اکثر یہ دعوے پیش کیا جاتا ہے کہ گو ٹیکا چیچک سے مرض چیچک بالکل دور نہین ہوا۔ تاہم اس مرض کی سختی کم ہوگئی ہے۔ اور مریض اس سے کم معرض خطر مین مبتلا ہوتے ہین۔ اس دعوے کی تکذیب مذکورہ بالا بیانات سے صاف طور پر ہوجاتی ہے۔ لیکن ہم اسکا مزید ثبوت آگے چل کر دینگے۔

جہانتک سرکاری رپورٹون اور دیگر قابل حصول کاغذات کو دیکھا جاتا ہے الٹے یہی ثابت ہوتا ہے کہ مریض چیچک سے تعداد اموات مین وہی نسبت ہے جو پہلے تھی۔ گو بیشمار انسانون کو ٹیکا لگایا گیا۔ مگر تعداد اموات مین وہی نسبت ہے جو ایک صدی پہلے تھی۔ جب ٹیکا چیچک دریافت ہی نہین ہوا تہا۔ مذکورہ بالا رپورٹون اور کاغذات کی تفصیل مین مندرجہ ذیل بھی شامل ہین۔

۱۔ رپورٹ ڈاکٹر جورن صاحب ۱۷۲۳ء۔

۲۔ لنڈن کے چیچک ہسپتال کی رپورٹ از ۱۷۴۶ء تا ۱۷۶۳ء۔

۳۔ ڈاکٹر لاریمر صاحب کی رپورٹ ۱۷۶۳ء۔

۴۔ ریز صاحب کی سائکلوپیڈیا (قاموس) ۱۸۱۹ء۔

اِسلئے معلوم ہوتا ہے کہ صرف ہسپتالون میں چیچک کے مریض ۲۵ء۳ فیصدی کی نسبت سے فوت ہوئے۔ اور کل اوسط فیصدی ۸ء۸ء۱ تک رہی۔!

مسٹر مارسن کی رپورٹ ۱۸۳۶ء سے ۱۸۵۱ء اور لنڈن۔ ہومرٹن ٹیفورڈ فلہم۔ اور ڈوبلن کے چیچک کے ہسپتالون کی رپورٹون ۱۸۷۱ء سے ۱۸۸۱ء تک فیصدی تعداد اموات ۶ء۴۳ ء ۱۴ سے ۶ء۱ ء ۲ ء ۱ پائی جاتی ہے اور بالاوسط ۵ء۱۸۔ لیکن ساتھ ہی اسکے یہ بھی مد نظر ہے کہ اس ۱۹ وین صدی میں حفظان صحت کے قواعد اور فن طبابت میں کسقدر ترقی ہوئی۔ اور ۱۸ وین صدی اور اس صدی میں اِس لحاظ سے کیا نسبت ہے ؟۔

غرض مذکورہ بیانات سے صرف یہی دعوے غلط نہیں ثابت ہوتا کہ ٹیکا چیچک مرض چیچک کو کم کرتا ہے۔ بلکہ اسکے برعکس یہ ثابت ہوتا ہے کہ اِس عمل سے ہلاکت میں دن بدن ترقی ہے۔ کیونکہ بجز اس امر کے تسلیم کرنے کی کہ ٹیکا چیچک کی وجہ سے مرض چیچک کی اموات میں ترقی ہوئی ہے ہم کسطرح ثابت کرسکتے ہین کہ باوجود حفظان صحت کے قواعد کی دریافت فن طبابت کی ترقی۔ جسمانی غور و پرداخت اور دیگر احتیاطون کے نیز ہسپتالون اور طریق علاج کی ترقی۔ اور اشاعت طبابت کے چیچک سے تعداد اموات وہی ابتک رہی ہے جو ایک صدی پہلے تھی۔ جب ٹیکا چیچک کا دنیا کے پردہ پر نام و نشان تک نہ تھا[۵]!

[۵] ہم نے اس امر کے ثبوت کے واسطے ذیل کے مشہور ڈاکٹرون کی تحریرون سے کام لیا ہے :۔

ڈاکٹر جون صاحب۔ جنہون نے ۱۸۰۶۶ مریضونکا علاج کرکے (بقیہ بر صفحہ آٹھ)

جنگی اور بحری محکمہ مین چیچک کا مرض

ہم ذیل میں اب ایک اور طریق سے اپنا دعواے ثابت کرینگے جو بجاۓ خود ایک مذہبی دلیل ہے۔ اور جس پر کوئی ذی خبر اعتراض نہین کرسکتا۔

اپنی رپورٹ تیار کی۔

لنڈن کا چیچک ہسپتال۔ جہان ۶۴۵۴ مریضون کا معالجہ ہونے کے بعد ایک رپورٹ تیار کی گئی۔

ری صاحب کی سائکلوپیڈیا جسمین سے ایک فقرہ ہم یہان نقل کرتے ہین :۔

"حساب لگانے سے معلوم ہوتا ہے کہ چیچک کے ہسپتالون میں ۴۰۰ مریضون مین سے جو مرض چیچک میں مبتلا ہوتے ہین ٹیکا لگانے کے بعد بھی ۱،۵ مرجاتی ہین"۔

ٹیکا دریافت ہونیسے قبل سرکاری رپورٹ جسمین ۲۴۹۹۴ مریضون کا حال درج ہے۔

مسٹر مارسن نے لنڈن کے ہسپتال برائے مرض چیچک اور ٹیکا چیچک کے ۵۶۵۲ مریضون کا علاج کرنیکے بعد جو رپورٹ تیار کی۔

لنڈن کے تمام ہسپتالون کی رپورٹ جو ۱۴۸۰۸ مریضون کے علاج کے بعد تیار ہوئی (۱۸۷۰ء سے ۱۸۷۲ء)

لنڈن کے تمام ہسپتالون کی رپورٹ جو ۱۵۱۷۲ مریضون کے علاج کے بعد تیار ہوئی (۱۸۷۶ء سے ۱۸۹۰ء)

ہومرٹن ہسپتال کی رپورٹ جو ۵۴۷۹ مریضون کے علاج کے بعد تیار ہوئی۔

ڈپٹفورڈ ہسپتال کی رپورٹ جو ۳۱۸۵ مریضونکے علاج کے بعد تیار ہوئی۔

فلہم ہسپتال کی رپورٹ جو ۱۷۵۲ مریضون کے علاج کے بعد تیار ہوئی۔

ڈبلن ہسپتال کی رپورٹ جو ۲۴۰۴ مریضونکے علاج کے بعد تیار ہوئی۔ (بقیہ بر صفحہ ۹)

ولائیت کی فوجون کے سپاہیوں اور جہاز رانوں کو ایک دفعہ نہیں
بلکہ مکرر ٹیکا لگایا جاتا ہے۔ اور اسمیں نہائیت ہی احتیاط اور خبرداری کام
میں آتی ہے۔ سرکاری طور پر یہ عمل سرانجام پاتا ہے۔ یہ بھی ظاہر ہے کہ یہ
لوگ عین عنوان شباب میں ہوتے ہین۔ ایک خاص طور ہمیشہ توانا و
تندرست اور قوی الجثہ اور زبردست ہوتے ہین۔ اور اگر ٹیکا چیچک واقعی
مفید اور چیچک کے حق مین تیر بہدف ہے۔ تو لازمی امر ہے کہ یہ لوگ چیچک
کے نام سے بھی محض ناواقف ہون۔ اور نہ کوئی سپاہی اور نہ جہاز ران
کبھی چیچک سے گور میں دراز ہو۔ کیونکہ یہ لوگ عام انگریزی محاورہ میں
"محفوظ الانسان" کہلاتے ہین۔ لہذا اب ہم کسیقدر تفصیل سے ان امور
کو ذیل میں بیان کرتے ہین۔

ولائیت کے ہاوس آف کامنز (مجلس وکلائے رعایا) نے ایک
"ریٹرن" درباب "فوج اور محکمہ بحری میں مرض چیچک" مورخہ " اگست
۱۸۸۴ع" شایع کی ہے۔ جس مین چیچک سے جو اموات لاحق رہی ہیں انکا
بیان ہے۔ اور نیز تیئیس ۲۳ سال ۱۸۶۰ع سے ۱۸۸۲ع تک کی فی ہزار
نسبت اموات درج ہے۔ اس کاغذ کو دیکھنے سے معلوم ہوتا ہے کہ فوج
میں کوئی سال ایسا نہین گذرا ہے کہ دو یا اس سے زیادہ جوان اس مرض
سے درگور نہ ہوئے ہون۔ اور علاوہ اسکے نہ کبھی محکمہ بحری میں یہ بات
دیکھنے میں آئی۔ ریٹرن درباب "چیچک سے اموات" دیکھنے سے معلوم
ہوتا ہے کہ ۱۸۵۰ع سے ۱۸۶۲ع تک جن جن شہرون کی آبادی ۱۰۰۰۰
سے ۷۰۰۰۰ تک تھی ان میں کوئی شخص سن رسیدہ چیچک سے نہین مرا

ٹیکا چیچک کے دریافت ہونیکے بعد ۱۵۱۴۸۴ مریضون کے علاج کے بعد جو رپورٹ تیار ہوئی۔

چنانچہ لیورپول میں سال تک امن رہا - برمنگھم اور سنڈرلنڈ میں ۷ سال تک - بریڈفورڈ اور شفیلڈ میں ۵ سال تک - ہیلی فاکس میں ۹ سال تک - ڈوڈے میں ۱۰ سال تک - اور بلیک برن اور وولور میں ۴۲ میں سے ۱۱ سال تک ایک بھی فوت نہوا! -

لیکن یہ خیال رہے کہ ہم نے مذکورہ بالا شہروں میں صرف تیس ۳ سال سے زائد عمر کے لوگوں کا حال لکھا ہے - حالانکہ فوج اور محکمہ بحری میں ۱۷ سے ۴۵ تک کی عمر لوگ عموماً بھیجے جاتے ہیں - لیکن اسکے ساتھ ہی ہم اسکے اُن شہروں کی صفائی دیکھتے ہیں اور خیال کرتے ہیں کہ چیچک کی وبا سے یہ قریباً محفوظ رہے ہیں - اور پھر یہ بھی جانتے ہیں کہ باوجود اسکے سپاہیوں اور بحری ملازموں کے مکرر ٹیکے نہائیت احتیاط سے لگائے گئے - اُسوقت معاً پختہ یقین ہو جاتا ہے کہ سپاہی بالضرور اس مرض کے نام سے بھی بے بہرہ رہینگے -

افسوس! ۲۳ سال تک فوج کی رپورٹ اور رجسٹر دیکھنے سے معلوم ہوتا ہے کہ فوج میں بالاوسط چیچک سے سالانہ تعداد اموات ۸۲ر۹۶ رہی ہے - ۰۳ فی دس لاکھ - اور محکمہ فوجی میں ۱۵۷ - فی ۱۰ دس لاکھ ہے

غور سے دیکھنے پر معلوم ہوگا کہ یہ تعداد اموات محکمہ بحری کی تعداد اموات سے بڑھ کر ہے - اور اب یہ سوال پیدا ہوتا ہے کہ اس اختلاف کی وجہ

سنہ ۵۱ء ۲۴ ویں رپورٹ رجسٹرار جنرل سے معلوم ہوتا ہے کہ سنہ ۶۱ء میں انگریزی تاجروں کے جہازوں پر ۱۹۵۹۳۷ - آدمیوں میں سے ۵۰ چیچک سے مرے اس سے ۲۷۰ فی دس لاکھ کی شرح لکھی ہے

کیا ہے ۔؟ اور نیز یہہ کہ کیون فوج کی نسبت محکمہ بحری مین کتنے لوگ چیچک سے مرتے ہین ؟ حالانکہ مکرر ٹیکا چیچک لگانے کے واسطے دونون محکمون کے قواعد ایک ہی جیسے سخت اور محتاط ہین ۔ اور ملازمون کی صحت بھی ہر طرح سے قابل اطمینان ہوتی ہے ۔ لہذا ضروری ہے دونون محکمون کے ملازمون کی طرز زندگی کی وجہ سے مذکورہ بالا اختلاف لاحق ہوا ہے ۔ اور اوسکی کیفیت اسطرح ہے کہ فوجی ہسپتالون اور جہازون مین جسقدر حفظان صحت اور دیگر قواعد کے برخلاف اختلاف لاحق ہوتا ہے ۔ اور وہ اظہر من الشمس ہے ۔

عام امراض سے فوجون مین جسقدر اموات لاحق ہوتی ہین ۔ وہ رجسٹرار جنرل کی رپورٹ سنہ ۱۸۹۲ء سے معلوم ہوتا ہے ۔ نہ محکمہ بحری سے زائد ہین ۔ مرض چیچک سے جسقدر زیادتی تعداد اموات مین ہوئی ہے اسکی کوئی خاص وجہ ہے ۔ مگر تاہم خواہ کچھ ہی وجہ ہو شہرون کے باشندون کی حالت اس سے بہی بدتر ہے ۔ شہر گلاسگو مین جسقدر لوگ رہتے ہین ان مین سے ۲/۳ ایسے گہرون مین بود و باش رکہتے ہین جن مین صرف ایک یا دو ہی کمرے ہوتے ہین ۔ اور یہی حال قریبًا ولائیت کے اور شہرون کا ہے ۔ پہر ان باشندون کی مفلسی ۔ ناداری ۔ عمدہ خوراک کے بہم نہ پہنچنے حد سے زیادہ محنت مشقت کرنے ۔ خراب ہوا مین سانس لینے ۔ اور ضروریات صحت پورا نہ ہونے کا خیال کر کے یہہ نتیجہ نکالتے ہین کہ فوج کے مقابلہ مین ان لوگون مین تعداد اموات چیچک سے ہونی چاہیئے ۔ کیونکہ محکمہ بحری مین اور فوجون مین جو لوگ رہتے ہین ۔ انکو غذا بھی نہایت نفیس اور عمدہ ملتی ہے ۔ طریق رہائیش بھی حفظان صحت کے قواعد کے مطابق ہوتا ہے ۔ اور چیچک سے اس قدر

حفاظت کے ہی بندوبست کئے جاتے ہین۔ لیکن افسوس یہہ ہے کہ ہمکو مجبور ہوکر اب ٹیکا چیچک کے موید دن سے پوچھنا پڑتا ہے کہ کہو دکہلاو کہ وہ کونسے لوگ ہین جنکو مکرر ٹیکا لگتا ہے۔ اور چیچک اُنکے نزدیک نہین جاتی؟ اور اب ہم کو اس دعوے کا ثبوت دو کہ "سپاہیون اور محکمہ بحری کے ملازمون کو مرض چیچک کی خبر ہی نہین ہوتی"؟ اگر انصاف کو مدنظر رکہا جاوے تو یہی ثابت ہوتا ہے کہ سپاہیون اور محکمۂ بحری کے ملازمون کو جس قدر مکرر ٹیکا لگتا ہے اسیقدر مرض چیچک اُنکی ہلاکت کا باعث ہوتا ہے۔ ورنہ اسکے بغیر ہم چیچک سے جو اون لوگون مین کثرت اموات ہوتی ہے اِسکی تشریح اور توضیح کی پس ایسی زبردست تر۔ اور اگر کوئی کرسکتا ہے تو وہ میدان میں نکلے! جبکہ بہت سی امراض اور بحث ہے کہ فوج اور محکمہ بحری میں چیدہ اور منتخب آدمی

۵۷ افسوزبکہ۔ لہ ولائیت مین نہائیت غلط بیانیون سے عوام کو سبز باغ دکہلا کر دہوکہ میں ڈالا جاتا ہے۔ چنانچہ طبی اخبار لنسیٹ نامی لکہتا ہے:۔

"تمام عمر مین کم از کم دو دفعہ ٹیکا لگنا چاہیئے۔ اور پہر مرض چیچک پاس سے بھی نہین گذریگا" (یکم مارچ ۱۸۷۹ء)

جنرل پوسٹ آفس (ولائیت) کا میڈیکل افسر ایک سرکلر مورخہ جون ۱۸۸۴ء مین لکہتا ہے "چیچک سے جو بچنے کا صرف ایک ہی ذریعہ مکرر ٹیکا لگواتا ہے۔ . . . . . . اسیطرح چیچک سے انسان یقینی طور پر محفوظ رہیگا۔ رسالہ "ٹیکا چیچک اور مرض چیچک" میں جو نیشنل ساتھ ایسوسی ایشن نے شایع کیا ہے۔ اور جو کئی مرتبہ مفت تقسیم ہوا ہے لکہا ہے :۔

"ہر ایک سپاہی اور جہاز ران کے مکرر ٹیکا لگایا جاتا ہے۔ اور نتیجہ یہ ہے کہ محکمہ بحری اور فوج مین کوئی شخص ٹیکا چیچک کے نام سے بھی واقف نہین!" (بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۳)

ہوتے ہین - فورات اعلے درجہ کے ڈاکٹرون کی زیر نگرانی رہتے ہین صحت کا اُنکے نہائیت خیال رکہا جاتا ہے - اور اُنکے مکانات عام باشندگان شہر کے مقابلہ مین اعلےٰ درجہ کی مفید صحت اور عین حفظان صحت کے قواعد کے مطابق بنتے ہین -

ذیل کے نقشہ سے معلوم ہوگا کہ ولائیت کے ۵ بڑے بڑے شہرون مین چیچک سے پانچ آدمیون کی شرح موت جنکی عمر ۱۵ اور ۵۵ کے درمیان تھی ۱۸۶۰ء سے ۱۸۸۲ء تک کیا رہی ہے -

نام شہر	آبادی	فی دس لاکھ
مانچسٹر	۳۴۰۲۱۱	۱۳۱
لیڈز	۳۱۵۹۹۸	[illegible]
براٹن	۱۰۹۵۹۵	۰ ۶۳۶ ۱۰
بریڈفورڈ	۲۰۰۱۵۸	۱ ۴
اولڈھم	۱۱۵۵۷۲	۵۹

رجسٹرار جنرل کی رپورٹ سے معلوم ہوتا ہے کہ انگلستان کی پانچہ آبادیون کی تعداد اموات (۱۵ - سال سے ۵۵ سال کی عمر تک) ۱۸۶۰ء سے ۱۸۸۲ء تک بحساب اوسط ۱۱۳۰۰ - فی دس لاکھ تھی - اور محکمہ بحری کی اس عرصہ کے واسطے ۱۱۰۰۰ فی دس لاکھ دتمام دیگر اتفاقی وجوہات اور خاص مرض سے ۷۱۵۰ تھی - خاص ولائیت

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۲) اب اسکے بی تیار ہونے میں کسکو شک ہی - کیونکہ سرکاری رپورٹون سے اسکی صاف تکذیب اور تردید ہو رہی ہے - اور غالباً اس قسم کے بیانات بلا تصدیق اور بلا احتیاط کہودیئے گئے ہین -

میں جو فوج تھی اسمیں تعداد اموات بحساب اوسط ۳۰۰۰۰ فی دس لاکھ تھی - جو فوج بیرونجات میں تھی اسکی تعداد اموات قریباً اگن یعنی ۴۰۰۰ ۱۹ تھی - لیکن ساتھ ہی اسکے یہ خیال رہے کہ آب وہوا کے تغیر سے بھی امراض لاحق ہوتی رہی ہیں - چونکہ یہہ فوجیں حبش - افغانستان زولو - ٹرانسوال - وغیرہ گئی

ٹیکا چیچک خود موت اور مرض کا باعث ہے

جب کہ اوپر ثابت ہو چکا ہے ٹیکا چیچک نہ مرض چیچک کم سکتا ہے اور نہ اسکو دور کر سکتا ہے - لیکن یہان ہی تک حد نہین ختم ہوتی - ہمارے پاس ایسی [illegible] وجوہات ہین جنسے ثابت ہوتا ہے کہ خود ٹیکا چیچک بہت سی امراض اور بحساب موت کا باعث ہے -

زمانہ دراز تک[1] اطبا اس بات کی تردید کرتے رہے ہین کہ آتشک ٹیکے سے ایک شخص سے دوسرے شخص میں پہنچ سکتی ہے - لیکن اب یہ عام طور پر تسلیم ہو گیا ہے کہ داقعی آتشک ٹیکے سے ایک شخص سے دوسرے شخص میں پہنچ سکتی ہے - اور کم از کم ۴۷۸ مریضوں پر اسکا تجربہ بھی ہو چکا ہے جنکو صرف ٹیکے سے آتشک کا مرض لاحق ہو گیا تھا[1] علاوہ اسکے یہہ بھی عین قرین قیاس ہے کہ اس ٹیکا چیچک سے بہت سے خون کے متعلق امراض ایک شخص سے دوسرے شخص میں پہنچ سکتے ہین - کیونکہ اس قسم کی امراض میں پچھلے برسون سے اسقدر ترقی ہو گئی ہے کہ اسکو خیال کر کے رونگٹے

---

[1] دیکھو مسٹر ٹیٹ کی انگریزی کتاب موسوم بہ "انگلستان مین جبری ٹیکا چیچک" صفحہ ۲۵ اور جسکی تصدیق مین صاحب مصنف نے بہت سی مستند ڈاکٹرون کی تحریرین پیش کی ہین -

کھڑے ہوتے ہین۔ ذیل کے جدول سے جو رجسٹرار جنرل کی سالانہ رپورٹ ۱۸۸۰ء سے تیار کی گئی ہے۔ معلوم ہوتا ہے کہ اس قسم کے پانچ امراض مین بہت ترقی ہوئی ہے۔ اور یہ امر قابل لحاظ ہے کہ جسقدر امراض درج ہین انمین سولے کہانسی کے (جو ٹیکے سے پیدا ہوتی ہے نہ کہ ایک شخص سے دوسرے شخص مین پہنچتی ہے) اور کسی مرض مین اسقدر اضافہ نہین ہے وہ جدول یہہ ہے۔

انگلستان مین سالانہ تعداد اموات بحساب فی دس لاکھ ۱۰۰۰۰۰۰ باشندون کے

سال کی اوسط	چیچک	آتشک	سرطان	[illegible]	[illegible] وغیرہ	جلدی امراض	میزان	روز افزون اضافہ
۱۸۵۰ء سے ۱۸۵۴ء	۲۷۹	۳۶	۲۰۲	۲۶۵	۳۰	۱۲	۶۳۶	۰
۱۸۵۵ء-۹ء	۱۹۹	۵۱	۳۲۷	۲۶۱	۱۸	۱۵	۶۶۲	۳۶
۱۸۶۰ء-۶۴ء	۱۹۱	۶۳	۳۶۹	۲۷۲	۲۳	۱۶	۷۴۵	۱۰۹
۱۸۶۵ء-۹ء	۱۴۸	۸۲	۴۰۴	۳۱۶	۲۳	۱۷	۸۴۲	۲۰۶
۱۸۷۰ء-۷۴ء	۲۳۳	۸۱	۴۲۲	۳۹۹	۲۹	۱۸	۹۶۹	۲۳۳
۱۸۷۵ء-۹ء	۱۲	۱۶	۴۹۳	۳۳۰	۳۹	۲۳	۹۷۱	۳۳۵
۱۸۸۰ء	۲۵	۸۴	۵۱۶	۳۷۱	—	۲۲	۹۹۳	۳۵۷

ان پانچ امراض سے جو زیادتی تعداد اموات مین ہوئی ہے ۱۸۵۵ء سے

سنہ ۱۸۸ء تک) وہ چیچک کی تعداد اموات سے بہت زیادہ ہے!۔
پس اگر چیچک کا مرض ٹیکہ سے بالفرض بالکل دور ہی ہو جائے۔ تو عام تعداد اموات اس سے بھی بڑھ جائیگی۔ اور یہہ صاف ظاہر ہے کہ اس زیادتی اموات کی وجہ خود ٹیکا ہی ہے۔!۔

حصہ دوم

ٹیکا لگے ہوئے اور بغیر ٹیکا لگے ہوؤن کی تعداد اموات کا مقابلہ

۹ جون ۱۸۹۳ء کو سر بین پلے فیر ہاؤس آف کامنز میں اپنی تقریر مین فرماتے ہین :-

"میٹرو پلیٹن ہسپتال مین دس ہزار مریضون پر تجربہ کرکے معلوم ہوا ہے کہ جن مریضون کو ٹیکا نہین لگایا جاتا۔ انمین سے ۴۵ فیصدی مرجاتے ہین اور جن کو ٹیکا لگتا ہے انمین سے صرف ۱۵ فیصدی مرتے ہین"۔

اسمین شک نہین کہ ناظرین رسالہ ہذا اعتراض کرین گے کہ اگر یہہ بیان صحیح ہے تو اس سے صاف صاف ٹیکا چیچک کا استفادہ ظاہر ہوتا ہے لیکن آئندہ چلکر انکو معلوم ہوجاوے گا کہ یہہ محض غلط ہے۔ جسکا ثبوت دیا جاوے گا۔

اول تو یہہ نظر ہے کہ جو نقشہ جات اس امر کے ثبوت مین پیش کیئے گئے ہین کہ ٹیکا چیچک مفید ہے وہ بالکل غلط ہین۔ اور دوئم یہہ کہ ایسے نقشے جب تک بالترتیب مریضون کی عمر کے لحاظ سے نہ بنائے جائین بالکل

غلط ہین -

ٹیکا لگی ہوؤن اور نہ لگے ہوؤن کی فیصدی تعداد سراسر غلط ہے

مرض چیچک سے جسقدر تعداد اموات لاحق ہوتی ہین وہ نقشجات مین بالکل صحیح صحیح درج ہوتی ہین - اور اُنکی تصدیق مین کسی شخص کو بھی شک نہین ہو سکتا -

لیکن یہ امر کہ آیا اِن کو ٹیکا لگا تھا یا نہین - ایک ایسا امر ہے کہ آسانی سے تصدیق نہین ہو سکتا - کیونکہ مرض چیچک سے ٹیکے کا نشان بالکل مفقود ہو جاتا ہے - اور ایسا کہ بالکل چیچک کے نشانون مین تمیز نہین ہو سکتا اور عموماً نتیجہ یہہ ہوتا ہے کہ مریض کی نسبت یا تو کہدیا جاتا ہے کہ "ٹیکا نہیں لگا" یا جدول مین "مشکوک" درج کیا جاتا ہے - اور اس زبردست وجہ سے سرکاری رپورٹ جس سے ٹیکا لگے ہوؤن اور نہ لگے ہوؤن کی تعداد معلوم ہوتی ہے بالکل ناقابل اعتبار رہے - اور یہہ ہرگز یقین نہین ہو سکتا۵ -

لیکن علاوہ اسکے اور وجوہات بھی ہین جن سے ٹیکا لگے ہوؤن اور نہ لگی ہوؤن کی تعداد ناقابل اعتبار ہے - نہ ٹیکا لگے ہوؤن کے زمرہ مین نقشون مین ذیل کے باتین ملتی ہین :-

۱ - جو بچے اس عمر سے قبل مرجاتے ہین جس عمر مین علے العموم ٹیکا لگایا جاتا ہے وہ نہ ٹیکا لگے ہوئے درج کئے جاتے ہین -

۲ - وہ بچے بھی نہ ٹیکا لگے ہوؤن مین درج کئے جاتے ہین جو اسقدر کمزور رہتے

۵ رجسٹرار جنرل کی رپورٹون سے جا بجا متوفیون کی نسبت یہ لکھا ہوا ملتا ہے - "ٹیکے یا نہ لگنے کی نسبت کچھ معلوم نہین ہوا" -

ہیں یا ایسے امراض میں مبتلا ہوتے ہین کہ جنکو ٹیکا نہین لگ سکتا۔

۳۔ بہت سے مجرم اور خانہ بدوش لوگ جو ٹیکا لگانے والون کے پنجہ سے بچے رہتے ہین وہ بھی نہ ٹیکہ لگے ہوؤن میں درج کیے جاتے ہین۔ یہہ لوگ علے العموم سخت ابتر حالت میں ہوتے ہیں۔ نہ انکو عمدہ خوراک ملتی ہے۔ نہ عمدہ مکان رہنے کے واسطے اور نہ یہہ حفظان صحت کے قواعد کی پابندی نام کو بھی کرسکتے ہین۔ لہذا یہ صرف امر ہے کہ انکو مرض چیچک لاحق ہو۔ یا اور کسی ایسی مرض مین مبتلا ہون۔

لہذا یہی وجہ ہے کہ جو لوگ مذبورہ حالات کی وجہ سے ٹیکا چیچک سے بچے مرجاتے ہین وہ عام طور پر بلا تمیز نہ ٹیکا لگے ہوؤن کی فہرست میں داخل کر لئے جاتے ہین۔ اور اسوجہ سے ان لوگون کی تعداد سے تعداد اموات جو نہ ٹیکا لگے ہوؤن کی فہرستون میں مندرج ہوتی ہے اسقدر بیشمار کثرت سے بڑہی ہوئی ملتی ہے۔ اور یہی باعث ہے کہ اس قسم کی فہرست ہرگز قابل اعتبار نہین۔

اب ہم ذیل میں اپنے اس دعوے کے ثبوت مین چند مثالیں پیش کرتے ہین کہ کس طرح نہ ٹیکا لگے ہوؤن اور ٹیکہ لگے ہون کی تعداد اموات مندرجہ رجسٹر غلط اور ناقابل یقین ہوتی ہین۔

۱۔ الیسوچ کے مسٹر اے۔ فلرٹپ ایک لڑکے کا ذکر لکھتے ہین جو نو سال کا تہا۔ اور چیچک سے جب مرگیا تو سرٹیفکٹ میں نہ ٹیکا لگا ہوا درج ہوا مگر جب ٹیکا لگے ہوؤن کا رجسٹر تلاش کیا گیا تو معلوم ہوا کہ اس لڑکے سے ٹامس لیڈ کو دو مرتبہ بیس مئی ۱۸۶۹ء کو ڈبلیو اڈمس نے ٹیکا لگایا تہا (دیکہو سفک کرانیکل مطبوعہ ۵ مئی ۱۸۷۰ء)

۲ - رسالہ "متعدی مرض چیچک پر چند حاشیے" میں ڈاکٹر فریس وینٹر صاحب ایم - ڈی صفحہ ۹ پر کہتے ہیں :-

"جسقدر مریض ہسپتال میں یا اپنے مکانوں پر زیر علاج رہے ہیں - ان کی نسبت صرف انکے لواحقوں کا کہنا کہ اُنکو ٹیکا لگا ہوا تھا ہرگز قابل اعتبار نہ تھا - کیونکہ جسقدر مریض درج رجسٹر ہوئے تھے اور جنکی بابت ٹیکا چیچک کے بارہ میں لکھا تھا کہ "معلوم نہیں کہ آیا ٹیکا لگا یا نہیں" انہیں سے تحقیقات پر معلوم ہوا کہ ۹۰ فیصدی کو بچپن میں ٹیکا لگ چکا تھا -

۳ - ڈاکٹر رسل صاحب اپنی گلاسگو کی رپورٹ میں صفحہ ۵۴ پر کہتے ہیں :-

" اکثر تجربہ میں آیا ہے کہ جن لوگوں کی نسبت بتلایا گیا تھا کہ انکو ٹیکا لگ چکا تھا جب دیکھا گیا تو ٹیکے کا کچھ نشان نہیں ملتا تھا - اور اوسکی وجہ یہہ تھی کہ اونکو چیچک نکلتی تھی اور چیچک کے داغوں میں ٹیکے کا نشان بالکل مفقود معلوم ہوتا تھا -

۴ - مسٹر جی - سونڈ الہرسٹ اپنی ایک چٹھی میں جو اُنہوں نے اخبار ولسل آبزرور میں ۱۲ جولائے ۱۸۸۹ء کو لکھی ہے کہتے ہیں :-

"۱۸۸۸ء میں شہر پرسٹر میں جو عالمگیر مہلک مرض چیچک پھیلا تھا - انکی نسبت ڈاکٹر کبھی کہتے ہیں کہ جسقدر چیچک کے مریض فل ہسم کے چیچک کے ہسپتال میں آتے تھے - انمیں ۸۳ میں سے ۷۳ کے ٹیکا لگا ہوا تھا - ایک دفعہ جب کمیٹی نے تحقیقات کی تو معلوم ہوا کہ ایک پولیس کا سپاہی جو چیچک سے فوت ہوگیا تھا - اور جسکی نسبت لکھا گیا تھا کہ اسے ٹیکا نہیں لگا ہے - امتحان کرنے پر معلوم ہوا کہ اسے دو مرتبہ ٹیکا لگ چکا تھا - اس سپاہی کا نام ولمر اگین تھا - ایک اور بچہ میری شار لاک نامی تھا جسکو ایک ڈاکٹر نے لکھدیا تھا کہ

ٹیکا نہین لگا ہے۔ حالانکہ اسی ڈاکٹر نے اسے اپنے ہاتھ سے ٹیکا لگایا تہا۔ الغرض دس آدمیون مین سے جو چیچک سے مرتے تہے علے العموم ۶۔ ایسے ملتے تہے جنکو ٹیکا چیچک لگا ہوا ہوتا تہا۔ اور تین ایسے ہوتے تہے کہ انکی نسبت شک رہتا تہا کہ آیا انکو ٹیکا لگا ہے یا نہین ۔!

۵۔ سنہ ۱۸۶۲ع مین مسٹر جان پکرنگ ساکن لیڈز نے بہت سے مریضون پر تفتیش کر کے جن کی نسبت لیڈز کے چیچک ہسپتال کے ڈاکٹرون نے لکہا تہا کہ ٹیکا نہین لگا ہے۔ اُنکے والدین یا کسی اور ذریعہ سے تحقیق کیا اور نتیجہ یہہ ہوا کہ ۶ مریض جنکی نسبت لکہا گیا تہا کہ اونکو ٹیکا نہین لگا تہا معلوم ہوا کہ دراصل اُنکو ٹیکا لگ چکا تہا۔ اور جب یہہ مرے تو درج رجسٹر کیا گیا کہ اُنکو ٹیکا نہین لگا تہا حالانکہ یہ ثابت کر دیا گیا کہ اُنکو ایک دفعہ تو خیر دو مرتبہ ٹیکا لگ چکا تہا۔ علاوہ ازین ۸ مریض ایسے دیکہے گئے جنکی نسبت ثابت ہو گیا تہا کہ اُنکو ٹیکا لگ چکا تہا۔ بعض کو انمین تین تین اور چار چار دفعہ ٹیکا لگا تہا۔ مگر کچہ کامیابی نہ ہوئی تہی۔ انکے علاوہ چار اور تہے جنکی نسبت فیصلہ ہو چکا تہا کہ ٹیکا لگانے کے قابل نہ تہے۔ مگر یہہ تمام رجسٹر مین ” نہ ٹیکا لگے ہوئے “ درج کئے گئے ہین !۔ مسٹر پکرنگ کی تمام تحقیقات کا حال ایک انگریزی رسالہ سے معلوم ہو سکتا ہے جو ولایت کے کتب فروشون ٹیپن نے شایع کیا ہے۔

۶۔ ولایت کے شہر برمنگہم مین ایک رسالہ مسمی بہ ” برمنگہم میڈیکل ریویو “ شایع ہوتا ہے۔ اسکی فیبروری سنہ ۱۸۷۹ع کے نمبر مین ایک مضمون ” سند سوت “ پر ایک مشہور ڈاکٹر کی قلم سے شایع ہوا ہے جو ڈاکٹرون کیطرف سے ملتی ہین ہم اسمین سے چند سطرین اپنے دعوے کے ثبوت مین نقل کرتے ہین کہ ڈاکٹرون نے جسقدر جدولین ٹیکا ہوؤن اور نہ لگے ہوؤن کی تیار کی ہین

وہ سراسر ناقابل اعتبار ہین ۔ وہ سطرین یہہ ہین :۔

"ہم لوگ جو خود اپنی مرض سے موت کی سندین دیتے ہین ۔ اور جنکو عوام الناس حسب مرضی بلا دقت حاصل کر سکتے ہین ۔ یہ بات قابل خیال ہے کہ ڈاکٹر کبھی ایسی رائے نہ دیگا جو اُسکے برخلاف ہو ۔ ایسی حالتون مین ڈاکٹر بالضرور صداقت کو جہانتک ہو سکیگا چھپائیگا ۔ مگر یہ یاد رہے کہ سراسر صداقت کبھی نہین چھپ سکتی ۔ تاہم مریض کی نسبت ڈاکٹر ضرور کوئی نہ کوئی موت کی وجہ لکھیگا خواہ وہ غلط ہو یا صحیح ۔ مین اسکے ثبوت مین خود اپنی ہی مثال دیتا ہون کہ ایک مریض کو ٹیکا چیچک سے اری سپلس ہو گئی ۔ چونکہ یہہ مریض میرے زیر علاج تھا ۔ اور بہت جلد مر گیا ۔ اور گو مین نے اس کو خود ٹیکا لگایا تھا ۔ تاہم مین نے یہ پسند نہ کیا کہ کوئی شخص ٹیکا چیچک کی مخالفت اور اوس کی تردید کرے ۔ لہذا جہانتک ہو سکا مین نے اپنے سند موت مین ٹیکے کا تذکرہ ہی بالکل نہ کیا ۔"!

ناظرین خیال کر سکتے ہین کہ اسقدر واقعات جمع کرنے مین کسقدر روقت اور صرف ہوگا ۔ کیونکہ جہانتک ہوسکا ہے اس امر کی کوشش کیگئی ہے کہ حتے الامکان صحیح اور سچے ثبوت دستیاب ہون ۔ ایسے کہ جنکی صداقت مین کسی شخص کو بھی روئے زمین پر کلام نہ ہو ۔

اب اسمین کچھ شک نہین کہ یہہ اچھی طرح ثابت ہو گیا ہے ۔ کہ ڈاکٹرونکی نقشہ جنمین ٹیکا لگے ہوون اور نہ لگے ہوون کی فہرست درج ہو بالکل قابل اعتبار نہین ہین ۔ اور یہی حال سرکاری رپورٹون کا ہے ۔

ضروری ہے کہ ہسپتالون کی رپورٹین جانچ پڑتال کر غلطی کی جائے!

سب سے بڑھ کر ایک نہایت ضروری امر ہے جن کی نسبت ٹیکا چیچک کے مؤیدون نے کبھی غور وخیال ہی بالکل نہین کیا ہے۔ حالانکہ ٹیکا چیچک کے تردید وتائید کا اس سے بہت ہی عمدہ طرح ثبوت ملسکتا ہے۔ کہ آیا واقعی ٹیکا چیچک جیسا کہ مفید بتلایا جاتا ہے ویسا ہی ہے یا اُسکے برعکس ہے۔ گو وہ امر زیادہ تر ٹیکا چیچک کے مؤید اس ثبوت میں پیش کرتے ہین کہ ٹیکے سے فائدہ پہنچتا ہے۔ لیکن جب ہم اسکی قلعی کہولیں گے تو یقین ہوجائیگا کہ یہہ سراسر غلطی ہے۔ اور کاش ٹیکا چیچک کے مؤید اس راز کو حل کر لیتے تو کیا اچھا ہوتا کہ وہ بلا وقت اپنے اس غلطی سے دست بردار ہوجاتے۔ اور اس ثبوت کا کبھی نام بھی نہ لیتے۔

وہ امر یہہ ہے کہ جبتک ہسپتالون کے رجسٹر و نہین ٹیکا لگے ہوون اور نہ ٹیکا لگے ہوون کے نام درج ہوتے ہین وہ پورے طور پر صحیح اور بالترتیب نہ ہون اُنسے کبھی صحیح نتایج نہین نکل سکتے۔

امپیریل آسٹرین سٹیٹ ریلوے کے ملازمون مین افسر اطبا رہے۔ ڈاکٹر لینڈر مشہور محقق نے جو جو تحقیقات کی ہین۔ اور ۱۸۷۲ء میں جو نتایج اخذ کئے ہین۔ وہ اسقدر ضروری ہین۔ کہ ہم انکا کچھ تھوڑا۔ حسب مطلب خلاصہ زبان جرمن سے ترجمہ کرکے یہان درج کرتے ہین:۔

۱۔ یہہ ظاہر ہوچکا ہے کہ عمر کے پہلے سال مین چیچک کے مریض کثرت سے

مرتے ہیں۔ پھر ۱۵ اور بیس سال کی عمر تک بتدریج تعداد اموات کم ہوتی جاتی ہے۔ مگر اسکے بعد بڑھاپے تک پھر تعداد دن بدن بڑھتی جاتی ہے۔ اور عام قانون موت کی پوری پوری پابندی ہوتی ہے کہ بچپن اور ضعیفی میں لوگ زیادہ مرتے ہیں۔

۲۔ چیچک سے جو لوگ مرے اُنکی شرح موت جو کوئی ۲۰۰۰ مریضوں پر تجربہ کرکے دریافت ہوئی ہے ۱۷٫۸۵ (بحساب مریضوں کے) تھی جو کہ تمام شرح موت سے بہت ملتی ہے۔ جن لوگوں کو ٹیکا بھی لگا تھا اُن میں شرح موت (بحساب مریضوں کے) ۲۰٫۳۴ فیصدی تھی۔ اور جنکو ٹیکا نہیں لگا تھا اُنمیں شرح موت ۱۵٫۲۱ فیصدی تھی۔

۳۔ یہ نتیجہ جو بظاہر ٹیکا چیچک کے حق میں بڑا زبردست موید ہے۔ اسکی وجہ صرف یہہ ہے کہ نہ ٹیکا لگے ہوئے دراصل زندگی کے پہلے دو سالوں میں کثرت سے مرگئے ہیں[۵]۔ اور اس لحاظ سے ضروری ہے کہ انکا ٹیکے لگے ہوؤں کی موت سے کچھ مقابلہ کرنا چاہیئے۔

اسکا ثبوت حسب ذیل ہے:-

دو سال سے زائد کی عمر سب سے پہلے لیکر معلوم ہوتا ہے کہ ٹیکا لگے

[۵] یہہ صرف آسٹریا کے متعلق ہے۔ انگلستان میں اس سے قبل ٹیکا لگا دیا جاتا ہے تاہم ایک رسالہ مسمی ”ٹیکا چیچک کی نسبت صحیح واقعات“ مصنفہ ڈاکٹر جی آلورڈ صاحب مطبوعہ ۱۸۸۲ء میں لکھا ہوا ہے کہ چیچک ہسپتال واقع ہمپسٹڈ میں ”دس سال کی عمر تک کے مریضوں میں ٹیکا لگے ہوئے مریض بہ نسبت نہ ٹیکا لگے ہوؤں کے زیادہ مرتے ہیں“ اور ہمرٹن کے چیچک ہسپتال ۱۸۷۱ء سے ۱۸۷۸ء تک آٹھ سال میں ۲ دو سال کی عمر کے مریض ۱۴۷ نہ ٹیکا لگے ہوئے اور بیس ٹیکا لگے ہوئے تھے اور انہیں وہ بھی شامل تھے جو مشکوک تھے۔

ہوؤن کی شرح موت ۱۳،۷۶ تھی اور نہ ٹیکا لگے ہوؤن کی ۱۵، ۱۳ - یہہ شرح موت قریبًا برابر ہین - صرف نہ ٹیکا لگے ہوؤن کی تعداد خفیف سی زیادہ ہے -

اب عمر کے پہلے دو سالون کو لیکر شرح موت حسب ذیل نکلتی ہے :-

سال	ٹیکا لگے ہوئے	ٹیکا نہ لگے ہوئے
زندگی کے پہلے سال	۴۶ ، ۶۰	۲۴ ، ۴۵
زندگی کے دوسرے سال	۰۵ ، ۵۴	۱۰ ، ۳۸

پس یہہ ثابت ہوگیا کہ بچون مین مرض چیچک سے ٹیکا لگے ہوؤن کی نسبت نہ ٹیکا لگے ہوئے زیادہ مرتے ہین اور اس سے زیادہ عمر کے لوگون مین شرح موت قریبًا برابر ہے - تاہم بالاوسط نہ ٹیکا لگے ہوؤن مین شرح موت زیادہ ہے - اور اسکی وجہ صرف یہہ ہے کہ نہ ٹیکا لگے ہوئے اس عمر مین بکثرت مرتے ہین جس عمر مین قد ہوتا ہے انسان پر موت وارد ہوا کرتی ہین - !

پس یہہ مسلم الثبوت ہے کہ مرض چیچک سے نہ ٹیکا لگے ہوؤن اور ٹیکا لگے ہوؤن مین شرح موت کا مقابلہ کرنا ہرگز صحیح اور قابل اعتبار نہین ہوسکتا جبتک کہ فہرستین اور نقشہ جات شمار اعداد صحیح صحیح اور بالترتیب نہ تیار کئی جائین -

یہہ عجیب اور کسقدر حیرت انگیز امر اسطرح آسانی سے سمجھ مین آسکتا ہے کہ فرض کرو کہ دو گروہ لڑکون کے ہین جنکی عمرین بیس سال سے کم ہین - ایک گروہ مدرسہ مین جاکر تعلیم پاتا ہے - اور دوسرا مدرسہ نہین جاتا -

اب اگر انہین مرض چیچک سے جو اموات لاحق ہون وہ علیحدہ علیحدہ درج رجسٹر کیجائین تو معلوم ہوجائے گا کہ تعداد اموات اس فریق مین زیادہ ہے

جو مدرسہ نہین جاتا - اور جس میں خصوصاً ایسے بچے شامل ہین جو نہایت کمزور ہین یا بیمار رہین - اور جن مین قدرتاہی مرض چیچک سے شرح اموات زیادہ ہونی لازمی ہے -

چنانچہ اس بات پر ڈاکٹر ورنن نہایت مشہور عالم و فاضل طبیب کہتے ہین کہ مینے کبھی ایک سال سے کم عمر کا بچہ نہین دیکھا جو مرض چیچک سے صحت یاب ہوگیا ہوا ہو -

مگر اب ہم اس شخص کو ایک دیوانہ سے کم نہ سمجھینگے جو اس بنا پر یہ دعوے کرکے کہ مدرسہ جانے سے چیچک سے انسان محفوظ رہ سکتا ہے -

پس اب یہہ بخوبی اور بلا شک و شبہہ ثابت ہو گیا ہے کہ جو لوگ مذکورہ بالا قسم کے تعداد اموات پر زور دیکر ٹیکا چیچک کی تائید کرتے ہین وہ سراسر غلطی کرتے ہین اور انکے ثبوت ہرگز قابل اعتبار نہین ہین - مگر اسکے برعکس جو تعداد کہ ہمنے اپنے دعوے کے ثبوت میں پیش کی ہے - اگر وہ مکمل نہین تو اس کی صداقت میں کوئی شخص نقص نہین لا سکتا - کیونکہ وہ ہمارے روزمرہ کے واقعات پر مبنی ہے - اور ہر ایک شخص اسکی صداقت تسلیم کئے بغیر نہین رہ سکتا -

تتمہ

اب جو کچھ صفحات ماسبق میں تحقیقات کی گئی ہے اسکا نتیجہ ہم ذیل کی سطور مین مختصر طور پر درج کرتے ہین -

ا - ٹیکا چیچک سے مرض چیچک سے جو اموات لاحق ہوتی ہین ان مین کمی نہین ہو سکتی - جیسا کہ رجسٹرار جنرل انگلستان کی ۵۰ سالہ رپورٹ سے ثابت ہو چکا ہے -

نیز جیسا کہ سپاہیوں اور جہاز رانوں کے نقشجات شمار اعداد سے ہم دیکھ
چکے ہین جنکو ایک دفعہ نہیں بلکہ مکرر سرکاری حکم سے ٹیکا لگایا جاتا ہے -
اور جن میں مرض چیچک سے تعداد اموات اسقدر رہے جسقدر کہ تمام
آدمیوں میں - اور جو بڑے بڑے شہروں کی آبادیوں سے ظاہر ہے حالانکہ
سپاہی اور جہازران منتخب اور چیدہ اعلےٰ درجہ کے تندرست اور طاقتور
ہوتے ہین - چہ جائیکہ شہروں مین لوگ جیسے ہوتے ہین وہ ظاہر ہی ہین اور
اور جو انکا طریق رہائش ہے - اور نیز یہ جو دیگر دقتین اور مشکلات اور خرابیان
انکو لاحق ہوتی ہین وہ بھی تو اظہر من الشمس ہین -

۴ - بجائے اسکے کہ ٹیکا چیچک مرض چیچک سے خلق خدا کو محفوظ رکھے لوگ
مختلف امراض متعلق خون میں مبتلا ہو جاتے ہین - جس کی وجہ سے صرف
ولائیت ہی میں دس ہزار بندگان خدا سالانہ موت کا شکار بنتے ہین -
چنانچہ ۵ - امراض کی نسبت ہم صفحات ماسبق مین ثبوت بھی دے چکے
ہین - جو مرض چیچک ہی سے پیدا ہوتے ہین - اور جو اسقدر خوفناک اور
مہلک ہین - کہ جن کا خیال ہی کرکے رونگٹے کھڑے ہوتے ہین - اور
جن سے تعداد اموات میں سال بسال نہائیت استقلال سے ترقی ہوتی
جاتی ہے - اور جسکی ابتدا اس زمانہ سے شروع ہوا ہے جیسے ولائیت
میں ٹیکا چیچک قانون لازمی قرار دیا گیا ہے -

۳ - جن ہسپتالوں کے رجسٹروں سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ نہ ٹیکا
لگے ہوئے لوگ بہ نسبت ٹیکا لگے ہوؤں کے زیادہ مرتے ہین - انکی نسبت
کافی ثبوت دیا جاچکا ہے کہ وہ سراسر غلط ہے اور ناقابل اعتبار ہین -

تمام شد

اوم

کیوں گوشت سے پرہیز کرنا چاہئیے؟

گوشت خوری کے متعلق عام غلط فہمی

عرصہ سے عوام میں خصوصاً یوروپین و امریکن ملکوں میں یہ بڑی بھاری غلط فہمی پھیلی ہوئی ہے۔ کہ گوشت جسمانی و دماغی قوت کے لئے نہایت مفید اور مقوی غذا ہے۔ اسی وجہ سے یہ قومیں اب تک گوشت کو بطور غذا ضروری و نہایت مقوی خیال کر کے اپنی غذا میں زیادہ تر حصہ گوشت ہی کا شامل رکھتی ہیں۔ حتیٰ کہ اُن کی مٹھائیاں وغیرہ تک گوشت سے خالی نہیں۔ یہی وجہ ہے۔ کہ انگریزی میں مٹھائی کو سویٹ میٹ SWEETMEAT کہتے ہیں۔ لیکن اب دُنیا بھر کے مشہور مشہور سائنسدانوں و دیگر فلاسفروں اور بہترین ماہران علم غذا FOOD EXPERTS نے اپنے اپنے نئے داخلی تجربات و حیرت انگیز نتائج (جو آگے درج ہیں) سے اس کے متعلق رائے قائم کی ہے۔ کہ گوشت کسی صورت میں جسمانی یا دماغی قوت کے لئے ضروری غذا نہیں۔ نیز یہ کہ اس میں جسمانی یا دماغی قوت اس قدر بھی نہیں رہتی۔ جس قدر کہ غلہ جات وغیرہ میں رہتی ہے۔ نیز یہ کہ گوشت کی قوت غلہ کی قوت کے مقابلہ میں دیرپا و دمدار نہیں ہوتی۔ البتہ گوشت میں ایک قسم کا شعلہ زہریلا جز STIMULANT رہتا ہے۔ جس کی وجہ سے مثل شراب کی خیالی قوت کی غلط فہمی کی طرح پبلک گوشت کو بھی مقوی غذا خیال کرنے لگی۔ جو سراسر طبی لاعلمی پر مبنی ہے ؛

شراب کے متعلق اب یہ امر پایہ ثبوت کو پہنچ گیا ہے۔ کہ شراب میں کوئی خاص

ذاتی قوت یا طاقت نہیں چھپی یا موجود رہتی ہے اور نہ شراب کسی قسم کی طاقت جسم کو دیتی یا دے سکتی ہے۔ بلکہ مثل چائے۔ تمباکو قہوہ۔ افیم وغیرہ منشی اشیاء کے شراب ایک قسم کی محرک قوت STIMULANT ہوتی ہے۔ یعنی جسم کے پوشیدہ طاقت کے خزانہ سے (جو وقت ضرورت کے لئے ہر جاندار میں قدرت کے مہیا کر دیا ہے) بطور قرض کے طاقت حاصل کر لیتی ہے STIMULANTS BORROW POWER FROM LATENT RESERVE ENERGY فی الحقیقت یہ جسم ہی کی طاقت ہے نہ کہ شراب کی۔ اسی وجہ سے بعد کو خمار یا سستی۔ پژمردگی پیدا ہو جاتی ہے۔ ٹھیک بجنسہ اسی طرح گوشت کا حال ہے۔ کہ بوقت استعمال ایک قسم کا محرک اثر پیدا کرتا۔ پر بعد کو اسی قسم کا ایک خمار سا پیدا کرتا ہے۔ جیسے سستی کہہ سکتے ہیں۔ یہ قدرتی قانون ہے۔ کہ ہمیشہ تیزی و نشہ کے بعد سستی و خمار ہو جاتا ہے STIMULATION IS ALWAYS FOLLOWED BY DEPRESSION یہی وجہ ہے کہ شیر جو صرف گوشت ہی استعمال کرتا ہے۔ دن بھر سست پڑا رہتا ہے۔ اور اس وقت تک وہ اپنی ماند سے باہر نہیں نکلتا۔ جب تک کہ بھوک سے وہ بیزار نہ ہو جائے۔ پس گوشت میں قوت خیال کرنا سراسر غلط فہمی ہے۔ جیسا کہ آگے ثابت کیا گیا ہے +

گوشت میں ایک قسم کا نشیلہ مادہ رہتا ہے نہ کہ قوت

آج کل بہت غور و خوض کے بعد امریکن ڈاکٹروں نے ثابت کر کے عوام کو دکھلا دیا ہے کہ یوریا۔ یورک ایسڈ و دیگر گوشت کے فضلہ وغیرہ UREA, URIC ACID, AND OTHER WASTE MATERIALS جو ہر جاندار میں بطور فضلہ گردوں سے خارج ہوتے رہتے ہیں WHICH ARE EXCRETED THROUGH KIDNSYS IN EVERY LIVING BEING, ARE PRESENT IN THE FLESH OF EVERY KILLED ANIMAL ہر ذبح ہوئے جانور کے گوشت میں موجود رہتے ہیں۔ جس کا ثبوت یہ ہے۔ کہ اگر وہ جانور زندہ ہوتا۔ تو یہی اجزا گردوں سے بطور پیشاب کے خارج ہو جاتے یوریا یا یورک ایسڈ وغیرہ فضلہ میں ایک خاص قسم کا زہریلا نشیلا جز ہوتا ہے۔ یا یوں کہو کہ ان کا خواص محرک STIMULANT ہوتا ہے۔ اسی نشیلے مادے کی وجہ سے گوشت میں

قوت خیال کی جاتی ہے۔ اس رائے کی تصدیق کے لئے بہت سے تجربے زیر عمل لائے گئے۔ ان میں سے عام فہم تجویز یہ ہے۔ کہ ہر شخص کو جو BEEF-TEA استعمال کرتا ہے۔ یہ معلوم ہوگا کہ یہ معمولی چاء سے بہت زیادہ نشیلی ہوتی ہے۔ باوجودیکہ اس ایک پیالہ چاء میں زیادہ تر پانی ہی پانی ہوتا ہے۔ مشکل سے ایک فیصدی BEEF کا جز ہوتا ہے۔ لیکن اس ایک پیالہ چاء میں اتنا نشہ ہوتا ہے۔ جتنا کہ اعلیٰ درجہ کی برانڈی کے ایک پیگ PEG میں ہوتا ہے ایسی غلط فہمی کی وجہ سے سب لوگ BEEF وغیرہ کو زیادہ مقوی خیال کرتے ہیں۔ جن کا سارا انحصار محض میڈیکل سائینس کی لاعلمی پر ہوتا ہے۔ اس غلط فہمی سے اُلٹا نقصان یہ ہوتا ہے۔ کہ زیادہ بیف (بڑا گوشت) استعمال کرنے والوں کا خون زیادہ جوش کھا جانے کی وجہ سے ان لوگوں میں عموماً طرح طرح کے جلدی امراض SKIN DISEASES و دماغی خرابیاں پیدا ہوتی ہیں۔ انہیں بد نتائج کی وجہ سے اب اعلےٰ درجہ کے اصحاب بڑے گوشت کو استعمال کرنے سے سخت گریز کرتے جاتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ ہندوؤں میں یہ گوشت بیف سخت جرم قرار دیا گیا ہے) اسی وجہ سے بڑے گوشت کا استعمال کرنے والے ملکوں میں پاگلوں کی تعداد بہ نسبت ہندوستان کے بہت زیادہ ہے +

یوروپ و امریکہ میں گوشتخوری کے بد نتائج

اسی طبی تفتیش اور تجربے میں اس امر کا پتہ لگا ہے۔ کہ چونکہ امریکہ و یوروپ میں خصوصاً تہذیب یافتہ فرقے میں گوشت کا استعمال بہت زیادہ کیا جاتا ہے۔ اسی وجہ سے ان ممالک کے خاص تہذیب یافتہ جماعت میں چند ایسے خاص خاص امراض پیدا ہوگئے جو اور ممالک میں یا اس قدر گوشت نہ استعمال کرنے والے ملکوں میں نہیں دیکھے جاتے۔ ان امراض میں خاص طور پر قابل ذکر اپینڈی سائیٹس APPENDICITIS ہے یہ ایک خاص قسم کا مرض ہے جو آنتوں میں ورم و مواد وغیرہ ہونے سے و پھوڑہ بن جانے سے ہو جاتا ہے۔ اس میں درد و اپھارہ و قبض و بکار و بے چینی وغیرہ ہو جاتی ہے۔ یہ مرض زیادہ تر گوشت خور قوموں میں ہوتا ہے۔ اسے FATIONABLE DISEASE فیشن ایبل مرض کہتے ہیں۔ کیونکہ زیادہ تر تہذیب یافتہ فرقوں ہی میں یہ پایا جاتا ہے اسی طرح سے السر آف اسٹامک ULCER OF STOMACH و کینسر CANCER و پیٹ کے کیڑے WORMS وغیرہ گوشت ہی کے استعمال سے ہوتا

روزانہ ۱/۱۶ اونس یعنی ایک ڈرام گوشت دیا (یاد رہے کہ دو اونس کا ایک چھٹانک ہوتا ہے
تین ڈرام کا ایک تولہ ہوتا ہے - اس صورت میں ایک ڈرام گوشت ۱/۳ تولہ ہوا - یعنی کچھ
بھی نہیں - جبکہ یہ لوگ ۵-۱۰ چھٹانک یعنی ۲۵-۵۰ تولہ گوشت کھایا کرتے تھے)
۶ مہینہ کے بعد معائنہ سے یہ نتیجہ معلوم ہوا کہ عام صحت ان سپاہیوں کی اچھی بلکہ بہتر
رہی - لیکن خاص طور سے قابل غور بات یہ ہے کہ اُن کے پٹھوں کی قوت خوب بڑھ
گئی اور عام جسمانی قوت ۵۰ فیصدی زائد ہو گئی - جس سے یہ ثابت ہوا کہ بلاگوشت
غذا نسبتاً کہیں زیادہ مقوی و مفید صحت ہے ؛

E. ایکسپریمنٹ ۳ پروفیسر صاحب نے شہر ییل کے ۵ زبردست پہلوان
انتخاب کئے - اور اُن کو ۵ ماہ تک اپنے زیر تجربہ رکھا اور صرف ۱/۳ حصہ گوشت اُنکی معمولی
خوراک کا روزانہ دیا - بعد کو امتحان کرنے سے یہ نتیجہ دیکھا گیا - کہ ہر پہلوان میں جمناسٹک
کرنے و دیگر قوتوں میں خصوصاً قوت برداشت میں بہت کچھ اضافہ ہو گیا - باوجودیکہ
عام لوگوں کا یہ خیال ہے کہ بلاگوشت استعمال کئے جسمانی کمزوری پیدا ہو جاتی
ہے - جبکہ تجربہ اس کے خلاف شہادت دیتا ہے - کہ بلاگوشت غذا نہایت مقوی
ہوتی ہے ؛

B. ڈاکٹر اروِنگ فشر کے ایکسپریمنٹ

ڈاکٹر اروِنگ فشر صاحب امریکہ کے ییل یونیورسٹی کے پروفیسر آف پولیٹیکل
اکانومی ہیں ؛
DR, IRVING FISHER,PROFESSOR OF
POLITICAL ECONOMY OF VALE UNIVERSITY.
ڈاکٹر فشر صاحب کے مختلف ایکسپریمنٹ و تجربات میں سے صرف دو ایکسپریمنٹ
ذیل میں درج کئے جاتے ہیں - ان تجربات کی رو سے ڈاکٹر موصوف اپنی رائے گوشتخوروں
کے خلاف دیتے ہوئے لکھتا ہے - کہ بلاگوشت غذا نہایت مقوی و مفید صحت
ہوتی ہے - کیونکہ گوشت میں خود ہی کئی قسم کے زہریلے و تھکاوٹ دینے والے اجزا
مثل یوریا - یورک ایسڈ - ٹوکسین وغیرہ فضلہ موجود رہتے ہیں
MEAT ITSELF
CONTAINS VARIOUS KINDS OF PIOSONOUS AND DE-
PRESSION PRODUCING MATERIALS LIKE URIA,URIC

ACIOPTOMAIN ETC. جس کی وجہ سے جسمانی زہریلے مادے و فضلے از قسم یوریا
و یورک ایسڈ میں خود ہی ایک قسم کا تھکاوٹ پیدا کرنے والا مادہ ابزاد ہو جاتا ہے یاد
رہے کہ یہ فضلہ جات جسم میں ہر وقت پیدا ہوتے و گردوں و پسینہ سے خارج ہوتے
رہتے ہیں۔ ان کے جسم میں رک جانے سے سخت امراض پیدا ہو جاتے ہیں) اس تھکاوٹ
دینے والے مادے کی زیادتی کی وجہ سے دل و خون کو اپنی معمولی قوت سے زیادہ کام کرنا
پڑتا ہے۔ اسی وجہ سے بلا گوشت غذا والے انسان سے گوشت کھانے والا انسان کبھی
معمولی سے زیادہ کام نہیں کر سکتا۔ بلکہ عموماً اس سے کہیں کم کام کرتا ہے۔

A. ایکسپریمنٹ نمبر ۱۔ ڈاکٹر فشر نے اس تجربہ کے لئے ۴۹ آدمی بڑے آزمائش
قوت برداشت منتخب کئے۔ ان میں سے ۱۹ گوشتخور ۳۰ بلا گوشتخور تھے۔ ان لوگوں سے
کہا گیا۔ کہ اپنے بازوؤں کو سیدھا کھڑا رکھیں۔ جسم سے ۹۰ درجہ کا زاویہ بناتے ہوئے
HOLDING THE ARMS HORIZANTALLY اس آزمائش کا
نتیجہ نہایت حیرت انگیز پیدا ہوا کہ گوشتخور صرف ۱۰ منٹ تک بازو پھیلائے رہ سکے۔
برخلاف اس کے بلا گوشتخور ۵۴ منٹ تک یعنی چوگنی دیر تک (غور کیجئے فرق کو)
ایک گوشت خور زیادہ سے زیادہ ۲۲ منٹ تک پھیلائے رہ سکا۔ بمقابلہ اس کے ایک
بلا گوشت خور زیادہ سے زیادہ ۲۰۰ منٹ تک پھیلائے رہ سکا یعنی ۱۰ گنا تک۔
(فرق عظیم پر غور کیجئے)

B. ایکسپریمنٹ نمبر ۲۔ مندرجہ بالا ۱۹ گوشت خور و ۳۰ بلا گوشت خوروں
کو اپنی ٹانگ کے عضلوں کو خوب کھینچ کر مع زور پھیلائے کو کہا گیا۔ اس کا بھی نتیجہ حیرت انگیز نکلا کہ گوشت
خور ۳۸۳ مرتبہ اور بلا گوشت خور ۹۲۷ مرتبہ کر سکے۔ یعنی تقریباً تین گنا۔ اس فرق عظیم
اور اس قسم کے دیگر فرقوں کو دیکھ کر ڈاکٹر نے تسلیم کیا اور عوام کو رائے دیا۔ کہ بلا گوشت
غذا گوشت غذا کے مقابلہ میں کہیں زیادہ اعلیٰ و مقوی ہے۔

(۲) ملک جرمنی کے تجربے

A. پروفیسر رو بنر کی رائے

جرمنی کے نہایت مشہور و کیمیا ماہرین میں معروف پروفیسر رو بنر PROF RU-
نے ۱۹۰۴ء میں ایک مرتبہ تمام ملکوں کی انٹرنیشنل کانگریس آف ہائی جین INTER

NATIONAL CONGRESS OF HYGIENE میں لیکچر دیتے ہوئے یہی کہا تھا کہ گوشت کی غذا بقاعدہ علم غذا و بقاعدہ سائنس و علم طب مفید صحت نہیں۔ واضح رہے۔ کہ پروفیسر موصوف تمام دُنیا بھر میں علم غذا کے متعلق اعلیٰ درجہ کا ماہر تسلیم کیا گیا ہے ✣

B ۔ پروفیسر وان نارڈن کی رائے

جرمنی کے شہرہ آفاق پروفیسر وان نارڈن VON NORDON نے اپنی مستند و شہرہ آفاق کتاب "غذا و علم طب" میں لکھا ہے۔ کہ کم از کم ملک جرمنی میں یہ بات نہایت دلچسپی سے ثابت ہوئی ہے۔ اور ہوتی جاتی ہے۔ کہ جرمنی کے بلا گوشت خوار باشندے پیدل دوڑ و لمبے لمبے فاصلہ کے پیدل سفر کے انعامی میچوں میں دوڑنے و بھاگنے و دیگر کی متفرق ورزشوں میں خصوصاً مقابلہ کے انعامی میچوں میں گوشت خوروں سے ہمیشہ سبقت لے جاتے ہیں۔ اس سے ڈاکٹر موصوف تسلیم کرتا ہے۔ کہ بلا گوشت سادی غذا نہایت مقوی و تندرستی بڑھانے والی ہوتی ہے ✣

ڈاکٹر لوئی کُہنی کی رائے

جرمنی میں نہایت زبردست ڈاکٹر لوئی کُہنی گذرا ہے۔ جس نے قدرتی طریقہ علاج بذریعہ پانی ہائیڈروپیتھی HYDRO PATHY ایجاد کر کے تمام دُنیا میں نام پیدا کیا اور اس علاج سے ہزاروں کیا لاکھوں نا اُمید مایوس مریضوں کو از سرِ نو صحت بخشی وہ لکھتا ہے کہ گوشت سے طاقت نہیں پیدا ہوتی۔ بلکہ اُلٹا قبض پیدا ہوتا ہے۔ جس کی وجہ سے مادہ جسم میں جمع ہوتا رہتا و موجب امراض ہوتا ہے۔ ڈاکٹر موصوف اپنے دوران علاج میں ہر مریض کو گوشت سے قطعی پرہیز کرنے کی ہدایت کرتا۔ و نہایت سادی سے سادی غذا حتیٰ کہ صرف پھل وغیرہ تک اکتفا کرنا ہی نہایت موزون و مفید صحت بتلاتا ہے۔ اس طرح علاج کرتے رہنے سے اس نے دُنیا بھر کو ثابت کر دیا ہے۔ کہ سادی غذا سے مریضوں کو قوت حاصل ہوتی گئی۔ اور گوشت کے ترک کر دینے سے نقصان نہیں بلکہ اُلٹا نفع ہوا۔ پس ڈاکٹر موصوف نہایت زور سے ہر ایک کو صلاح دیتا ہے۔ کہ سادی غذا نہایت مقوی و بہترین غذا ہے۔ اور گوشت کے مقابلہ میں بہت درجہ بہتر ہے ✣

(۳) ملک فرانس کے تجربے

شہر پیرس کے مشہور سائنسدانوں وماہران علم غذا مثل پروفیسر میچنکاف وٹیبز وغیرہ نے حال ہی میں بہت سے اس قسم کے تجربے کئے ہا اپنی ایکسپریمینٹ کے لئے مختلف قوموں۔ مختلف عادات عمر وپیشہ والوں میں سے گوشتخور وبلاگوشتخور آدمیوں کا جسمانی معائنہ وطاقتی معائنہ کیا اور پھر ایسے تجربے کئی بار کئے۔ آخرکار ان سائنسدانوں نے بھی یہی رائے قائم کی کہ فی الحقیقت بلاگوشت سادی غذا نہایت مقوی ومفید صحت ہوتی ہے۔ نیز یہ کہ مثل شراب کے گوشت میں محض خیالی قوت کا وہم کیا جاتا ہے۔ جو دراصل گوشت میں نہیں ہوتی ہے +

شہر لاسین LAUSANE میں پروفیسر کومب PROF COMBE نے بھی اپنے تجربوں وایکسپریمنٹوں کی رو سے یہی رائے قائم کی کہ سادی غذا گوشت کی غذا پر ہمیشہ فوقیت رکھتی ہے۔

(۴) ملک بلجیم کے تجربے

برسل یونیورسٹی کے لیباریٹری کے آفیسر ڈاکٹر اوٹیکو DR. J. IOTSYKA

LABORATARY OFFICER OF BRUSSELS UNIVERSITN

نے برسل یونیورسٹی سے ۱۷ بلاگوشتخور اور ۲۵ گوشتخور طلبا بغرض تجربہ قوت مقابلہ وقوت برداشت منتخب کئے۔ یہ سب طلبا جسمانی خصوصاً دستی کام پر لگائے گئے نتیجہ یہ نکلا کہ گوشت خور طلبا کے مقابلہ میں بلاگوشت خور طلبا نے ۵۳ فیصدی کام زیادہ کیا اسی طرح کے اور تجربات کی بنیاد پر ڈاکٹر موصوف نے رائے قائم کی کہ بلاگوشت غذا یا گوشت غذا کے مقابلہ میں زیادہ طاقتور ہوتی ہے +

(۵) ملک انگلینڈ کے تجربے

A. پروفیسر فاربس کی ایکسپریمنٹ ورائے

انگلینڈ کے مشہور پروفیسر فاربس PROF FORBSE نے انگلینڈ، آئرلینڈ اور اسکاٹ لینڈ کے باشندوں پر بہت سے ایکسپریمنٹ یعنی تجربے باگوشت وبلا گوشت غذا کے نتائج وفرق امتیازی دریافت کرنے کی غرض سے کئے۔ یہ واضح رہے کہ انگلینڈ کے باشندے زیادہ تر گوشت کھاتے ہیں۔ پر آئرلینڈ کے باشندے گوشت قطعی نہیں کھاتے۔ زیادہ تر آلو وروٹی پر گذر کرتے ہیں واسکاٹ لینڈ کے باشندے PORRIDGE

دماغ بنتا ہے۔ اس کی تائید میں چند اور ڈاکٹروں کی رائے ذیل میں درج ہے :-

۲۔ انگلینڈ کے ڈاکٹر فریئیر صاحب کی رائے

ڈاکٹر فریئر صاحب لکھتے ہیں DR. I. FERRIER "کسی گوشت خوار کے لئے تندرست رہنا ناممکن سی بات ہے۔ اسی وجہ سے اس کے لئے نہایت اعلےٰ خیالات کا سوچنے والا بننا ناممکن ہے۔ کیونکہ گوشت سے جس میں خود ہی خراب خون۔ یوریا۔ یورک ایسڈ ٹوبین وغیرہ فضلہ و ناقص اجزاء زہریلا مادہ ہر وقت موجود رہا اعصاب۔ رگیں NERVES ڈھیلی ہو کر سست ہو جاتیں و نہایت باریک باریک رگیں مردار ہو جاتیں و دماغ کا نہایت لطیف مادہ کثیف ہو جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے دماغ سست ہو جاتا ہے (خیالات چونکہ دماغ ہی سے فلٹر ہو کر یعنی چھن چھن کر نکلتے ہیں۔ اس لئے عمدہ خیالات کے لئے عمدہ و صاف و لطیف دماغ ضروری ہے) اسی وجہ سے کثیف رگیں و کثیف حواس وغیرہ تیز ہو جاتے۔ انکی وجہ سے حیوانیت بڑھ جاتی و انسانیت یعنی قابلیت و دانائیت کم ہو جاتی ہے۔ اسی وجہ سے پاگل زیادہ ہو جاتے ہیں۔ برخلاف اس کے سادی غذا سے لطیف مادہ بڑھتا و دماغ جو لطیف مادہ کا بنتا ہے عمدہ ہوتا و عمدہ خیالات پیدا ہوتے ہیں :

۳۔ بنجمین فرینکلین صاحب کی رائے

بنجمن فرینکلن صاحب لکھتے ہیں۔ کہ میں نے سادی یعنی بلا گوشت غذا میں یہ بڑا بھاری وصف دیکھا ہے۔ کہ اس سے نہایت عمدہ و صاف ستھرے خیالات پیدا ہوتے و خیالات نہایت تیزی و پھرتی سے اٹھتے جاتے ہیں۔ جو بات گوشت خوری سے سخت غیر ممکن ہوتی ہے :

۴۔ ڈاکٹر الیگزینڈر ہیگ کی رائے

ڈاکٹر الیگزینڈر ہیگ آف لندن اپنی کتاب فزیالوجی میں لکھتے ہیں۔ کہ گوشت کی خوراک سے یوریا۔ یورک ایسڈ و ہیں وغیرہ فضلہ خون میں زیادہ ہو جاتے ہیں۔ اس سے خون گاڑھا ہو جاتا ہے۔ اس کی وجہ سے دل کو ایسے گاڑھے کثیف خون و باریک سے باریک شریانوں پر کیپلریز ORTERIES & CAPILLARIES تک پہنچانے میں سخت

دقت و کوشش و محنت واقع ہوتی ہے۔ اس لئے شریانیں موٹی پڑ جاتی ودماغ کے نہائت باریک سے باریک اور لطیف حصے FINEST PARTS OF THE BRAIN تک خون خالص بمشکل بلکہ نہیں پہنچنے پاتا۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے۔ کہ دماغ کا یہ لطیف حصہ بے حس بے کار مردار ہو جاتا چنانچہ دماغ کی قوت خیالیہ وقوت حافظہ کمزور ہو جاتی ہے۔ ودماغ سست واعلیٰ خیالات سوچنے کے ناقابل ہو جاتا ہے۔ اسی وجہ سے کمزوری دل۔ خرابی جگر۔ لقوہ فالج وغیرہ بھی پیدا ہو جاتے ہیں ٭

(۵) ڈاکٹر جیمس صاحب کی رائے

ڈاکٹر جیمس لکھتا ہے کہ۔ گوشت کی غذا سے اسٹمولیشن یعنی محرک اثر انسانی جذبات کو حاصل ہوتا ہے اس وجہ سے انسان ان جذبات کا غلام بنا رہتا ہے ودماغی خیالات کی جانب مشکل سے رجوع ہوتا ہے برخلاف اسکے بلاگوشت سادی غذا سے انسانی نفسانی وجذبات کو کسی قسم کا محرک اثر (سٹمولیشن تیزی۔ حرکت) نہیں حاصل ہوتی ہے۔ اسلئے انسان عمدہ خیالات سوچنے و پاک وصلح پسند مزاج بنانے میں قدرتاً رجوع و کامیاب ہوتا ہے۔ اس سے اخلاقی حالت درست ہوتی ودماغی طاقتیں مثل قوت خیالیہ۔ حافظہ۔ ادراک۔ تعقل وغیرہ ترقی کر جاتی ہیں وصاف ستھرے، واعلیٰ خیالات پیدا ہو جاتے ہیں دپس نوٹ کر لیجئے۔ کہ اسی اصول دستوری کی بنیاد پر مصالحہ جات یا منشی اشیاء یا دیگر تیز تلخیات و مرچ مصالحہ جات سے بھی یہی خراب اثر پڑتا ہے۔ پس جو نہائت اعلےٰ خیالات نکالنے کے شائق و خواہشمند ہوں۔ انہیں لازم ہے۔ کہ مصالحہ جات۔ منشیات و تلخیات وغیرہ سے تک پرہیز رکھیں۔ کرشن بھگوان نے بھی گیتا میں ایسی چیزوں کو راجسی و تامسی کہکر ممنوع بتلایا ہے)

(۶) امریکن پادری ماٹلس گرانٹ کی رائے

امریکن پادری ماٹلس گرانٹ لکھتا ہے۔ سادی وبلا گوشت غذا سے دماغ ایسا صاف رہتا و بنجاتا ہے۔ جیسے کہ بلور۔ ہم کو اس بلاگوشت غذا کے دماغی فوائد پر سخت تعجب ہے۔ پیشتر یعنی باگوشت غذا استعمال کرنے کے زمانہ کے مقابلہ میں ہم ۵ اگنا زیادہ لیکچر وغیرہ دیسکتے و اپنا کام نہائت فرحت دلی تازگی سے کر سکتے ہیں۔ طالبعلموں ودماغی کام کرنے والوں کو اس سے بہت نفع پہنچتا ہے۔ پس طلبا کو ہمیشہ سادی غذا استعمال کرنی چاہئے۔ اور گوشت سے قطعی پرہیز کرنا چاہئے ٭

(۷) ہندوستان کیا بتلاتا ہے

زمانہ قدیم میں رشی منی لوگ جنگلوں میں رہتے نہائت سادہ زندگی بسر کرتے وگوشت و دیگر مصالح جات و منشیات سے قطعی پرہیز کرتے تھے۔ اسی کا یہ نتیجہ ہوتا تھا۔ کہ نہائت اعلیٰ اعلیٰ درجہ کے شاستر و کتابیں و خیالات پیدا کرتے تھے۔ اعلیٰ درجہ کا فلسفہ۔ علم روحانیت۔ علم حساب۔ جوتش وغیرہ وغیرہ اس سادہ زندگی کا نتیجہ ہے۔ آجکل بھی کیمبرج یونیورسٹی کے سب سے اعلےٰ امتحان میتھمیٹک رینگلرشپ WRAN-GLERSHIP OF CAMBRIDGE UNIVERERSITY میں اگر کوئی ہندوستانی بھی شریک ہو جاتا ہے۔ تو ہمیشہ سب انگریز طلباء سے سبقت لیجاتا و اوّل درجہ حاصل کرتا ہے۔ یہ ہر تعلیم یافتہ پر بخوبی روشن ہے۔ کہ زمانہ حال میں بھی سب سے اعلےٰ درجہ کے پاک و پرزور و باثر کلام و خیال پیدا کرنیوالے وہ ہی ہندوستانی ہیں۔ جو سادہ زندگی بسر کرتے وہ گوشت سے قطعی پرہیز کرتے ہیں۔ مثلاً مہاتما گاندھی۔ مہاتما تلک۔ لالہ لاجپت رائے۔ پنڈت مدن موہن مالوی گوکھلے وغیرہ وغیرہ۔ یہ مہاتما گاندھی کی سادہ زندگی ہی کا نتیجہ ہے۔ کہ اُنھوں نے ستیہ آگرہ و عدم تعاون کا مسئلہ نکالا۔ جس سے ہندوستان میں از سر نو جان آنے لگی ؎

مہاتما گاندھی جی کی رائے

مہاتما گاندھی جی نے اپنی سادہ زندگی سے یہ عملی سبق سکھلا دیا ہے۔ کہ سادی غذا نہائت اعلےٰ خیالات و عمدہ کیرکٹر و شانتی و صلح کن غیر ہنسک امن پسند عادات پیدا کرتی ہے۔ مہاتما گاندھی جی رائے بھی دیتے ہیں۔ کہ عمدہ تندرستی بنانے کبھی نہ بیمار ہونے و اعلیٰ درجہ کا دماغ اور اونچے لاثانی خیالات پیدا کرنے کے لئے گوشت ہی سے قطعی پرہیز کی ضرورت نہیں بلکہ اسکے ساتھ غذا کا بالکل سادہ ہونا منشیات و مثل شراب گانجہ۔ افیم بھنگ۔ چرس۔ مصالحہ جات۔ اچار۔ مرچ۔ کھٹائی وغیرہ وغیرہ سے بھی پرہیز کرنا نہائت ضروری ہے۔ مہاتما جی کا یہاں تک کہنا ہے۔ کہ سادی پوشاک و ضرورت سے زیادہ کپڑا نہ پہننے وغیرہ تک سے دماغ پر نہائت اچھا صحتور اثر پڑتا ہے۔ مہاتما جی کہتے ہیں کہ گوشت خوری شراب نوشی و مصالحہ جات وغیرہ تیز ترش چیزوں کے کھانے سے خون گندہ ہو جاتا و نہ ہو لا بجاتا ہے یہ گندہ و کثیف خون دماغ کے نہائت لطیف حصوں کی پرورش نہیں کر سکتا۔ کیونکہ لطیف مادہ کے لئے لطیف خون کی ضرورت ہے۔ اور کثیف مادہ کے لئے کثیف خون۔ مہاتما جی کا محض کہنا ہی کہنا نہیں ہے۔ بلکہ اُنھوں نے

اپنی عملی سادہ زندگی سے تمام دُنیا۔ کیا یوروپ کیا امریکہ بھر کو ثابت و روشن کر دکھایا ہے کہ سادہ زندگی سے کیونکر اعلیٰ درجہ کے نئے نئے خیالات پیدا ہو سکتے ہیں۔ انہیں اعلیٰ و نئے و غیر ہنسک پربل و با اثر خیالات ہی کی بدولت آج مہاتما جی کو امریکن باشندے دوسرا عیسیٰ تسلیم کرتے ہیں۔ جرمنی نے مہاتما جی کی شاگردی کا ثبوت ستیاگرہ کے عمل سے دکھا دیا ؎

دُنیا بھر کے تمام اعلیٰ و نئے نئے خیالات کے بانی و موجد وغیرہ بلا گوشت خوار ہوئے ہیں ؎

اس امر کی تائید کے لئے کہ اعلیٰ خیالات ہمیشہ سادی غذا سے ہی پیدا ہوتے ہیں یہ بات قابل غور ہے کہ دنیا بھر کے تمام اعلیٰ و نئے نئے خیالات کے بانی و موجد یا تو بالکل ہی بلا گوشت خور یعنی سادی غذا استعمال کرتے تھے یا یہ کہ ان اعلیٰ خیالات کے نشو و نما پیدا ہونے کے زمانہ میں بالکل سادہ غذا کھاتے تھے۔ چنانچہ ذیل میں ہم چند نام درج کرتے ہیں۔ جو دُنیا کے خاص خاص شخصیت و نئی روشنی کے دینے والے ہوئے ہیں۔ یہ سادی غذا ہی استعمال کرتے تھے۔ کرشن۔ بدھ۔ شنکر آچاریہ۔ ویاس۔ پانینی۔ کپل۔ پتنجلی۔ پائیتھاغورث۔ پلیٹو۔ ملٹن۔ نیوٹن۔ ایمرسن۔ تھورو۔ ہاورڈ۔ بارن۔ شوپن ہار۔ ٹالسٹائی۔ عیسیٰ۔ ایڈیسن۔ میکس مولر۔ لوئی کہنی۔ جیمٹین۔ مہاتما گاندھی۔ تلک۔ گوکھلے۔ پرانجپے۔ ودیا ساگر۔ جسٹس راناڈے۔ سوامی دیانند۔ سوامی رام وغیرہ وغیرہ ؎

بلا گوشت غذا النسبتاً زیادہ مقوی ہونے کی وجوہات

یاد رہے۔ کہ طاقت ہمیشہ کسی چیز کے جلنے و گرمی پیدا ہونے سے پیدا ہوتی ہے جس طرح انجن میں ہم تیل جلا کر گرمی پیدا کرتے یا کوئلہ و پانی گرم ہونے سے سٹیم پیدا ہوتی ہے بالکل اسی طرح اس جسمانی کل میں بھی گھی کی قسم یا شکر و نشاستہ وغیرہ کوئلہ کی سی طاقت رکھنے والی چیزوں کے جلنے سے گرمی و طاقت پیدا ہوتی ہے جس طرح انجن میں مٹی یا لوہے یا اور دھات کے ٹکڑوں سے طاقت پیدا نہیں ہوتی۔ اسی طرح اس جسم میں صرف گوشت دار چیزوں سے طاقت نہیں پیدا ہوتی۔ پس اسی کے اصول کے مطابق یہ ثابت ہوتا ہے۔ جیسا کہ مندرجہ بالا مثالوں سے بھی صاف عیاں ہے۔ کہ سبزی و پھل و گھی دودھ شکر وغیرہ چیزوں سے طاقت پیدا ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں پٹھوں و گوشت بنانے والے اجزا جو پروٹیڈ PROTEID کہلاتے ہیں اور پروٹین (PROTEIN) گوشت کھانے سے مہیا ہوتے ہیں۔ بلا گوشت غذا

استعمال کرنے والیکو سخت دست وقے جاری ہو جاتے و کبھی کبھی نوبت ہلاکت تک آ جاتی ہے۔ ایسی حالت کو ٹومین پوائزننگ PTOMAIN POISONING کہتے ہیں۔ دوران مطب ڈاکٹروں کو اس قسم کے اکثر مریض دیکھنے میں آتے ہیں ؎

گوشتخوروں کا جسم بہت زہریلا ہوا کرتا ہے

ڈاکٹر بوچرڈ DR. BOUCHARD لکھتا ہے۔ کہ گوشت کی غذا کولن یعنی آنتوں کے آخری حصے میں پہنچکر بہت جلد سڑنے لگتی ہے اور سڑکر بہت قسم کے زہریلے اجزا پیدا کر دیتی ہے یہ زہر تمام جسم کے خون پیشاب میں جذب ہو جاتا ہے۔ اس سے جگر و معدہ و گردہ پر بڑا خراب اثر پڑتا ہے۔ اسیوجہ گوشت خوروں کا پاخانہ و پیشاب نہایت زہریلا و بدبودار ہوا کرتا ہے اس تصدیق کے لئے ڈاکٹر موصوف نے بہت سے تجربے کئے۔ چنانچہ اس نے تجربہ کرکے دیکھا ہے کہ جب کسی گوشت خوار کا پاخانہ یا پیشاب کسی خرگوش کے خون میں بذریعہ انجکشن داخل کیا جاتا ہے تو بلا گوشتخوار کے پیشاب پاخانہ کے مقابلہ میں دونا زہریلا ثابت ہوتا ہے۔ اسی بنیاد پر قیاس کیا جاتا ہے کہ گوشتخوروں کی اور رطوبتیں از قسم تھوک بلغم وغیرہ بھی زہریلی ہوتی ہیں ؎

مندرجہ بالا سے ثابت ہوتا ہے۔ کہ اسی وجہ سے گوشتخور جانوروں کا دانت و خون بھی بہت زہریلا ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ جب کتا بھیڑیا یا اور کوئی گوشتخوار جانور کسی کو کاٹ کھاتا ہے تو عموماً ۹۰ فیصدی مہلک ثابت ہوتا ہے۔ ان جانوروں کے دانت لگنے سے ان کا تھوک زخم میں لگجاتا ہے اور تھوک خود زہریلا ہوتا ہے۔ اسلئے زہر جسم میں رفتہ رفتہ سرایت کر جاتا ہے۔ اسلئے ایک خاص مرض پیدا ہو جاتا ہے۔ جسے ہائیڈروفوبیا HYDROPHOBEA کہتے ہیں۔ اس سے آدمی پاگل ہو جاتا و مر جاتا ہے۔ برخلاف اس کے بلا گوشتخوار جانور مثل بندر گھوڑے بیل وغیرہ کے کاٹنے سے ایسی صورت کبھی پیدا نہیں ہوتی۔ کوئی کسولی نہیں دوڑتا۔ نہ فکرمند ہوتا ہے لیکن کتے وغیرہ کے کاٹنے سے فکرمند ہو جاتے ہیں ؎

گوشت غیر قدرتی غذا ہے

انسان قدرتاً گوشت خور نہیں بنایا گیا اناٹومیکلی و فزیالوجیکلی ؛

نہایت عام فہم مدلل وجوہات

ڈاکٹر بیرن کیویر BARUN CUVIER جو تمام دنیا کا مشہور ماہر علم تشریح الاجسام A MOST FAMOUS ANOTOMIST لکھتا ہے کہ تشریح الاجسام یعنی اناٹومی

ANATUMY کا عرصہ تک مطالعہ و مشاہدہ کرنے کے بعد اس نتیجہ پر پہنچا ہوں کہ قدرت نے انسان کو کبھی گوشت خور نہیں بنایا۔ نہ قدرت کا ذرا بھی منشا تھا کہ انسان کسی قسم کا بھی گوشت استعمال کر سکے سینکڑوں جانوروں و آدمیوں کی لاشوں کو چیر کر دانتوں معدہ و آنتوں کی بناوٹ کا بغور معائنہ و مشاہدہ کر کے میں اس نتیجہ پر پہنچا ہوں۔ کہ انسان کوئی گوشت خور یا محض سبزی خوار یا عام خوار جانور نہیں ہے۔ بلکہ صرف پھل خوار جاندار۔

دُنیا کے تمام مشہور مشہور ڈاکٹر سائنسدان دانا و مستشار اس امر پر متفق الرائے ہیں کہ انسان کی بیرونی و اندرونی ساخت سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ انسان صرف پھل خوار جاندار ہے۔ ان مشہور سائنسدانوں میں سے چند کے نام یہ ہیں۔ جسنڈی GASSENDI بیل BELL لینیکس LINNAGUS لارنس LAWRENCE اوون OWEN ڈابرٹن DAUBERTON وغیرہ وغیرہ۔ اس میں دُنیا بھر کا مشہور معالج و موجد علاج بائیڈرو پیتھی ڈاکٹر لوئی کُہنی کا نام بھی شامل کر دینا بعید از توقع نہ ہوگا ❊

مدلل عام فہم وجوہات۔ ذیل میں انسان و سبزی خوار جانور و گوشت خوار جانوروں کی جسمانی بناوٹ وغیرہ کا مقابلہ کرتے ہوئے یہ ثابت کیا گیا ہے۔ کہ انسان کی قدرتی غذا پھل وغیرہ ہے اور یہ کہ گوشت بالکل غیر قدرتی غذا ہے ❊

۱ { گوشت خور جانور غذا کو بالکل نہیں چباتے۔ بلکہ یُونہی نگل جاتے ہیں ❊
سبزی خور جانور و انسان بلا چبائے غذا نہیں نگلتے۔ جو سبزی خوار جانور فوراً نگل جاتے اور چباتے نہیں۔ وہ بعد کو اُگل اُگل کر جگالی کرتے ہیں۔ مثلاً بیل۔ گائے ❊ }

۲ { گوشت خور جانور پانی کو زبان سے چاٹ چاٹ کر پیتے ہیں۔ دیکھو کُتے کو
انسان و دیگر سبزی خور پانی گھونٹ گھونٹ کر کے پیتے ہیں ❊ }

۳ { گوشت خوار جانوروں کے جسم میں پسینہ کبھی نہیں نکلتا۔ ان کا پسینہ صرف زبان سے نکلتا اور کم نکلتا ہے ❊
انسان و دیگر سبزی خور کے ہمیشہ جسم میں پسینہ نکلتا ہے۔ زیادہ پسینہ نکلتا ہے ❊ }

۴ { گوشت خور جانور رات کو خوب دیکھ سکتے ہیں۔ اور اندھیرے میں شکار کرتے ہیں ❊
انسان و سبزی خور جانور رات کو نہیں دیکھ سکتے ❊ }

۵ { گوشت خور جانور رات کو گھومتے و اپنا شکار کرتے ہیں ❊
انسان و سبزی خور رات کو آرام کرتے ہیں }

۶ گوشت خور جانوروں کی زبان کھر کھری اور دندانے دار ہوتی ہے ۔
انسان و سبزی خوروں کی زبان ایسی نہیں ہوتی - بلکہ چکنی ہوتی ہے ۔

۷ گوشت خوروں کے دانت نوکیلے تیز چیر پھاڑ کھانے والے ہوتے ہیں ۔
انسان کے مثل دیگر سبزی خوروں کے دانت ایسے نہیں ہوتے بلکہ چبانے لائق ہوتے ہیں

۸ گوشت خوروں کا جبڑا بڑا وسیع ہوتا ہے
انسان و سبزی خوروں کا جبڑا چھوٹا و کم وسیع ہوتا ہے ۔

۹ گوشتخور جانوروں میں پیٹ و آنتوں کی مجموعی لمبائی کل جسمانی لمبائی کی تین گنا ہوتی ہے
گھاس کھانیوالوں مثل بھیڑ بکری بیل " " " " تیس " "
پھل کھانیوالوں مثل بندر آدمی وغیرہ میں " " " " بارہ " "

۱۰ گوشت خور جانوروں کے ناخن نوکیلے و کھرچنے و نوچنے لائق ہوتے ہیں ۔
سبزی گھاس وغیرہ کھانیوالوں کے ایسے نہیں ہوتے - بلکہ سُم یعنی کُھر ہوتے ہیں
پھل خور جانوروں مثل بندر لنگور آدمی کے انگلیاں لمبی و ناخن چپٹا ہوتا ہے

نتیجہ - لہٰذا انسان کی قدرتی خوراک - صرف پھل - جڑ و سبزی کے رسدار یعنی رسیلے اجزا وغیرہ ہے

۱۱ گوشت خور جانوروں کو پھل وغیرہ کی رغبت نہیں ہوتی - نہ کھاتے ہیں ۔
انسان و پھل خواروں کو پھل وغیرہ نہایت مرغوب ہوتے ہیں - خوب کھاتے ہیں ۔

۱۲ گوشت خور جانور - گوشت و خون و ہڈی کو محض دیکھکر ہی خوش ہوتے ہیں کھانیکو بیتاب ہے
انسان وغیرہ کو گوشت یا خون یا ہڈی وغیرہ کے دیکھنے سے قدرتاً نفرت معلوم ہوتی ہے
سبزی خور و پھل خور گوشت ہرگز نہ کھائیگا - زبردستی کھلا دینے سے قے کر دیگا ۔

۱۳ گوشت خور جانور کسی کو ذبح کرتے دیکھ کر بہت خوش ہوتے ہیں ۔
انسان وغیرہ تو کسی کو ذبح کرتے دیکھ کر بہت مغموم ہوتا و دیکھنے سے نفرت کرتا ہے

گوشت غیر اخلاقی غذا ہے

خوراک و مزاج سے تمام جاندار دو حصوں میں تقسیم کئے جا سکتے ہیں - ایک طرف گوشتخوار جانور مثل شیر - بھیڑیا - چیتا - تیندوا - لومڑی - بگھیرا وغیرہ جو عام طور سے بہت خوفناک غضبناک - غصہ ور - چالاک - بیرحم - ترش مزاج - لڑاکا - غیر حلیم الطبع غیر پالو وغیرہ ہوتے ہیں - و ہر وقت اپنے شکار کے گوشت و خون کے پیاسے رہتے ہیں - برخلاف اسکے دوسری

طرف گھوڑا۔ بیل۔ ہاتھی۔ بھیڑ۔ بکری۔ گائے بیل۔ بھینس اونٹ وغیرہ جو عموماً سیدھے۔ پیارے غیر غضبناک۔ خاموش۔ شانت۔ حلمیت وقناعت پسند۔ غیر ضرر رساں وبا وفا۔ تربیت پذیر وفادار ملنسار وعقلمند وغیرہ ہوتے ہیں ؎

کیا اس تقسیم قدرتی سے یہ نتیجہ نکلتا ہے کہ ان غیر گوشتخوار جانوروں کا اسقدر دلپسند و حلم وتربیت پذیر وغیر ضرر رساں وخاموش شانت صلح پسند وغیرہ مزاج (جو عام طور سے انسان کے اخلاقی جوہر کہے جاتے ہیں)۔ اور جن کی عدم موجودگی سے انسان وحشی۔ جنگلی وغیر خلیق کہا جاتا ہے) محض سبزی کے کھانے سے ہی حاصل ہوا ہے۔ سبزی و پھل وغیرہ نہایت سادی غذا ہیں۔ برخلاف اس کے گوشت نہایت مرکب وبالکل غیر سادی غذا ہے A HIGHLY CMPLEX FOOD جیسا کہ کیمسٹری وعلم ڈاکٹری سے ظاہر ہے ؎

مندرجہ بالا سے اور ہر شخص کے ذاتی تجربہ سے یہ بات صاف عیاں ہے۔ کہ ہم جو کچھ بطور غذا کھاتے اسی کے مطابق ہمارا جسم ودماغ بنتا ہے۔ تمام سائنسدانوں نے اس غذا کے جسم پیدا ہونا وغذا کے مطابق جسم بننا عام طور سے تسلیم کر لیا گیا ہے۔ گوشت سے صرف جسم کے پٹھے واعضا ودیگر کثیف چیزیں پرورش پاتی ہیں۔ برخلاف اس کے سبزی سے علاوہ اس کے نہایت لطیف سے لطیف حصہ مثل دماغ وغیرہ بھی پرورش پاتا ہے پس اگر ہم چاہتے ہیں (جیسا کہ ہر شخص بننے کی خواہش کرتا ہے) کہ ہم نہایت حلیم الطبع وشانت مزاج غیر خسک وخوش مزاج وغیرہ بنیں۔ یا ہمارا دماغ جو نہایت لطیف ذرّوں سے بنا ہے عمدہ واعلےٰ خیالات پیدا کرنے والا ہو۔ تو لازم ہے۔ کہ ویسی ہی سادی غذا استعمال کریں۔ و گوشت سے قطعی پرہیز کریں۔ ورنہ ہمارا مزاج گوشت خوری سے خراب۔ غیر دلپسند وغیر اخلاقی بنیگا۔ اور بنتا جاویگا۔ اور ہم کو اس امر کا پتہ بھی نہ لگیگا ساتھ ہی ساتھ ہمارا دل نفس امارہ کا غلام بنیگا۔ اور ہم عیاش ہو جاوینگے ؎

امراض ذیل کا سبب صرف گوشتخوری ہے

(۱) اپنڈی سائٹس یعنی آنت کا ورم یا پھوڑا APPENDICITIS (۲) زخم معدہ السر آف اسٹامک ULCER OF STOMACH (۳) ورم گردہ۔ برائٹس ڈیزیز BRIGHT DI-SEASE (۴) آرٹیریو سکلیروسس ANTERIAL SCLEROSIS (۵) گٹھیا۔ گاؤٹ GOUT (۶) لقوی فالج PARALYSIS (۷) آنتوں و پیٹ میں کیڑے ہونا از قسم ٹیپ

ورم وٹراکینی ٹینیا TRICHMAENINEA & TAPE WORMS (A) کینسر CANCER وغیرہ وغیرہ ؛

۱- ڈاکٹر آسلر صاحب کی رائے۔ ڈاکٹر آسلر OSLER انگلینڈ کا مشہور ڈاکٹر لکھتا ہے۔ کہ شریانوں کے موٹے پڑنے کا اور کوئی سبب نہیں ہے۔ بجز گوشت خوری کے۔ اسی وجہ سے برائیٹس ڈیزیز (ورم گردہ) بھی پیدا ہو جاتا ہے اور شریانوں کے موٹے ہو جانے کی وجہ سے کچھ عرصہ بعد دماغ میں یہ شریان پھٹ جاتی ہے۔ جس کے پھٹنے سے لقوہ و فالج بھی پیدا ہو جاتا ہے ؛

۲- ڈاکٹر الیگزینڈر ہیگ کی رائے۔ DR ALEXANDER HAIG

ڈاکٹر ہیگ کی رائے ہے۔ کہ گوشت خوری سے یوریا۔ یورک ایسڈ پیدا ہوتا ہے۔ اس کی وجہ سے گنٹھیا GOUT و SCLEROSIS وبائی RHENMATISM و کمزوری دل وغیرہ پیدا ہو جاتے ہیں۔ کیونکہ یورک ایسڈ کی وجہ سے خون کثیف ہو جاتا ہے۔ و کثیف خون کو شریانوں یعنی کیپلریز تک پہنچانے کے لئے دل کو سخت محنت پڑتی ہے۔ اس کی وجہ سے دل کی کمزوری پیدا ہو جاتی ہے۔ و یورک ایسڈ کے مادہ کے خارج نہ ہو سکنے کی وجہ سے گنٹھیا کا دورہ GOUT ہو جاتی ہے ؛

۳- ڈاکٹر بوکر صاحب کی رائے۔ ڈاکٹر بوکرڈ DR. BOUCHERD لکھتا ہے۔ کہ گوشت آنتوں میں پہنچ کر جلد سڑنے لگتا ہے۔ اسی وجہ سے آنتوں کا ورم یعنی APPENDICITIS کا مرض زیادہ تر گوشت خوروں ہی میں پیدا ہوتا رہتا ہے۔ و جگر اور گردے کمزور ہو جاتے ہیں ؛

۴- ڈاکٹر فنٹن صاحب کی رائے DR. FENTON B. TACK OF CHICAGO U.S.A ڈاکٹر فنٹن نے سنہ ۱۹[illegible]ء میں امریکن میڈیکل ایسوسی ایشن میں یہ کہا تھا کہ زخم معدہ ULCER OF STOMACH جو نہایت خراب و تکلیف دہ مرض ہوتا ہے، صرف گوشت خوری ہی کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔ اس کی تائید میں وہ لکھتا ہے۔ کہ یہ مرض ان ملکوں و ان قوموں و ان آدمیوں میں کبھی نہیں دیکھا جاتا۔ جہاں گوشت خوری رائج نہیں یا جہاں چاول کا استعمال رائج ہے ؛

۵- افریقہ کے سرجنوں کی رائے۔ افریقہ کے تمام سرجنوں نے یہ کہا ہے کہ

جاتی ہندی سائنس ورمِ معدہ جو عام طور سے یورپ خصوصاً انگلینڈ میں پائے جاتے ہیں ملک افریقہ میں یہ بیماریاں آج تک چاول کھانے والے امریکن باشندوں میں دیکھنے میں نہیں آتیں

گوشت خوری سے جگر کمزور ہو جاتا ہے

ڈاکٹر ہیگ و دیگر سائنسدانوں کے تجربہ سے یہ ثابت ہو گیا ہے۔ کہ گوشت آنتوں میں پہنچتے ہی سڑنے لگتا ہے سڑنے کی وجہ سے بہت قسم کے زہریلے مادے پیدا ہو جاتے ہیں۔ زہر خون میں جذب ہو جاتا ہے۔ اور جگر کے فعل پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔ کہ جگر کو جہاں خون بنتا ہے ان زہریلے مادوں کو الگ کرنے کیلئے بہت محنت کرنی پڑتی ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ کچھ عرصہ بعد جگر کمزور ہو جاتا ہے جگر کی کمزوری سے معدہ کی کمزوری قبض لازمی امر ہے۔ علاوہ ازیں چونکہ معدہ میں تو گوشت کی غذا کے سڑنے کی وجہ سے ہر وقت زہریلا مادہ موجود رہتا ہے۔ اسلئے معدہ خود کمزور ہو جاتا ہے۔ معدہ کے امراض مثل اپنڈی سائٹس ورمِ معدہ۔ ٹائیفائیڈ فیور۔ دست وغیرہ کا معدہ بہت جلد شکار ہو جاتا ہے کیونکہ ٹائیفائیڈ فیور اور دوسرے بخار۔ ہیضہ وغیرہ وجوہ خاص قسم کے کیڑوں بیکٹیریا سے پیدا ہوتے ہیں کا زہریلا مادہ بھی بیکٹیریا BACTERIA وغیرہ پیشتر ہی سے کمزور ہوئے معدہ و آنت میں جلد جذب ہو جاتا ہے یہی وجہ ہے کہ یورپین لوگوں میں جب کبھی کسی قسم کا معدہ یا آنت کا مرض پیدا ہو جاتا ہے تو بہت جلد بیچارے جان بلب ہو جاتے ہیں۔ عام طور سے ہندوستانی ڈاکٹروں کا تجربہ ہے کہ یورپین لوگوں کو اگر ٹائیفائیڈ فیور ہو جاتا ہے تو اکثر زیادہ فیصدی مر جاتے ہیں برخلاف اسکے ہندوستانی عموماً زیادہ فیصدی اچھے ہو جاتے ہیں ہیضہ وغیرہ کو ہندوستانی معمولی مرض یا کچھ مرض خیال نہیں کرتے۔ لیکن انگریز ہیضہ سے سخت ڈرتے ہیں۔

قبض کا بڑا سبب گوشت خوری ہے

چونکہ گوشت میں فضلہ بہت کم ہوتا ہے۔ اس لئے آنتوں کو محرک اثر نہیں ملتا۔ برخلاف اسکے سبزی میں بہت فضلہ ہوتا ہے اسلئے انتڑیوں کو بہت محرک اثر ملتا ہے۔ اس محرک اثر کے کافی مقدار میں نہ پہنچنے سے آنتوں کی حرکت جسے پیریسٹالٹک موومنٹ PERISTALTIC MOVEMENT کہتے ہیں بہت کم ہو جاتی ہے۔ اسلئے قبض لازمی ہو جاتا ہے۔ انگریزوں و دیگر یورپین قوموں میں قبض نہایت خاص درجہ کا ہوتا ہے یہی وجہ ہے کہ انگریزی پیٹنٹ دواؤں میں سب سے زیادہ دوائیں صرف قبض کے لئے ہوتی ہیں۔ نتیجہ یہ کہ انگلش میگنیشیا فروٹ سالٹ بیچم پلز۔ لکسوز پوڈر وغیرہ استعمال کرتے ہیں۔ انگلستان میں عوام خصوصاً عورتیں تیسرے چوتھے دن بعض وقت ہفتہ میں ایک دفعہ پاخانہ جاتی ہیں۔

گوشت خوری سے شراب نوشی کی خواہش ہوتی ہے

زمانہ حال میں ٹمپرنس سوسائٹی کے لائق ممبران و سائنسدانوں نے شراب نوشی کے اسباب و انسداد پر غور و تحقیق کرتے ہوئے اس نتیجہ پر پہنچے ہیں کہ گوشت خوری سے شراب نوشی کی رغبت ہوتی ہے جو جتنا ہی زیادہ گوشت استعمال کیا جاتا ہے۔ اتنا ہی شراب نوشی کی خواہش زیادہ ہوتی جاتی ہے۔ جتنا جتنا ہی گوشت کا استعمال کم کر دیا جاتا ہے۔ اتنا ہی شراب کی خواہش کم ہوتی جاتی ہے۔ چنانچہ دیکھنے میں آیا ہے کہ شراب نوشی کا انسداد بھی بہت کچھ گوشت خوری ترک کرکے سادی غذا کی [illegible]

تمام مذہبی کتب بھی بلا گوشت غذا بہتر تسلیم کرتی ہیں

فی الحال دنیا بھر میں صرف چار بڑے بڑے مذاہب ہیں۔ بقیہ سب ایک دوسرے کی شاخیں ہیں یہ چاروں مذہب آریہ، بودھ، مسلمان، عیسائی ہیں۔ ان سب کی رائے نہایت مختصر الفاظ میں درج ہے

(۱) آریہ دھرم یعنی ویدک دھرم یا ہندو مذہب کے تمام شاستر گوشت خوری کو مہا پاپ (بڑا جرم) سمجھتے ہیں۔ بلکہ گوشت کھانے والے کو چانڈال، اسر، راکھشس وغیرہ کے نام سے خطاب کیا گیا ہے وید میں لکھا ہے کہ گوشت خوری، شراب نوشی، عیاشی سے قوت زائل ہو جاتی ہے۔ دماغی طاقت کی بالیدگی رک جاتی ہے (دیکھو اتھرو وید ۱۰-۶-۱)۔

(۲) بودھ مذہب کا عالمگیر مسئلہ "اہنسا پرمو دھرم" ہے۔ گوشت خوری ممنوع ہے (گو کہ آج کل بودھ لوگ خوب کھاتے ہیں)۔

(۳) مسلمان مذہب میں حدیث میں کہیں صاف طور سے یہ نہیں لکھا ہے کہ گوشت نہ کھانا چاہئے۔ لیکن قرآن مجید و دیگر کتب میں کہیں اس قسم کے حکم آتے ہیں جن سے ظاہر ہوتا ہے کہ انسان کی بہترین غذا زمین کی پیداوار ہے مثلاً

A سورہ حج میں لکھا ہے کہ خدا تمہاری قربانی کا گوشت نہ جانوروں کا خون مانگتا ہے بلکہ صرف تمہاری پاکیزگی چاہتا ہے (لن ینال اللہ لحومہا ولا دماؤہا ولکن ینالہ التقویٰ منکم) (دیکھو اخبار حق صفحہ ۱۴)

B حضرت علی جو پیغمبر محمد صاحب کے داماد تھے کہتے ہیں کہ "اپنے پیٹ کو جانوروں کی قبر مت بناؤ" "لا تجعلوا بطونکم مقابر الحیوانات" ...... (دیکھو اخبار حق صفحہ ۱۵)

C بہشت میں دودھ کی نہروں وغیرہ کا حال درج ہے نہ کہ گوشت یا بھیڑ بکری کا۔

D قرآن مجید میں لکھا ہے "خدا نے تمہارے لئے زمین کی پیداوار کھانے کے لئے پیدا کی ہے"

E حضرت آدم اور حوا کو بہشت میں پھل وغیرہ کھانے کو ملے تھے نہ کہ بکری بھیڑ کا گوشت

عیسائی مذہب میں کہیں نہیں واقعہ ملتا ہے کہ گوشت کھایا گیا ہو حضرت عیسیٰ [illegible]

گوشت کھاتے تھے اور نہ اپنے پیروؤں کو کھانے کی ہدایت کرتے تھے - دیکھو بائبل انجیل

رومن باب ۱۴ آیت ۱۷ خدا کی بہشت میں گوشت و شراب نہیں ہے - بلکہ نیکی و شانتی ہے ؞

" " ۲۰ - گوشت کے لئے خدا کی صنعت (جاندار وغیرہ کو) مت ضائع و برباد کرو ؞

" " ۲۱ - اچھا ہے گوشت نہ کھانا - نہ شراب پینا - نہ ایذارسی کا کام کرنا ؞

متھیو باب ۶ آیت ۹ - ۱۱ - ہمارے خدا جو بہشت میں ہے وغیرہ ... آج کے دن ہماری

روٹی دے (گوشت نہیں طلب کیا گیا بلکہ روٹی) ؞

سینٹ لیوک باب ۱۴ آیت ۱۵ - وہ مبارک ہے جو خدا کی بادشاہت میں روٹی (نہ کہ گوشت) کھاویگا -

عیسائی لوگ LENT لینٹ کے تقریب پر گوشت سے قطعی پرہیز کرتے ہیں ؞

عیسائیوں کا ایک فرقہ ہے جو ہر شکروار FRIDAY کو گوشت سے پرہیز کرنا اس

پرہیزگاری کو باعث برکت خیال کرتا ہے ؞

گوشت خوری کے خلاف جدوجہد کرنا فرض انسانی ہے

جبکہ نہایت عالمانہ سائنٹیفک طریقوں و تجربوں سے یہ ثابت ہو گیا ہے کہ بلا گوشت غذا

باگوشت غذا سے کہیں زیادہ مقوی و مفید صحت ہے ... و گوشت غیر مکمل - غیر مفید صحت غیر

قدرتی و غیر اخلاقی و غیر مذہبی غذا ہے و گوشت سے خاص خاص امراض پیدا ہوتے و گوشت

خوری سے غریب بیکس جانوروں کی جان مفت میں ہلاک ہوتی ہے و جبکہ سادی غذا سے

اعلےٰ دماغ - اعلیٰ خیالات و اعلیٰ درجہ کی روحانیت پیدا ہوتی ہے و جبکہ تمام قابل تعظیم پاک

شخصیتیں بلا گوشت زندگی بسر کرتی آئی ہیں - وغیرہ وغیرہ تو ان سب باتوں پر غور کرتے ہوئے

صاف طور پر یہ لازمی نتیجہ نکلتا ہے کہ گوشت خوری کے خلاف آواز اٹھانا و عوام کو گوشت سے پرہیز

کرانے کی ترغیب دینا و سادی غذا کے فوائد کی اشاعت کرنا انسان کا بڑا بھاری فرض ہے

تاکہ اس طرح سے ہم انسان - قوم و ملک کی خدمت کر سکیں و بہتر ین اخلاق و اعلیٰ جذبات

و عمدہ پاک خیالات پیدا کرنے میں کامیاب ہو سکیں ؞

جبکہ امریکہ وغیرہ گوشت خور ملکوں میں جدوجہد کیجا رہی ہے - تو پھر کوئی وجہ نہیں ہے کہ

ہم اس جدوجہد میں پیچھے رہیں ہم کو کامیابی کی زیادہ امید ہے کیونکہ ہم کو زیادہ تر تعلیم یافتہ

جماعت کے خیالات کو تعلیم دینا ہے - جو انگریزی طرز معاشرت و تعلیم و تربیت سے اس خیال کو بھی

ذہن نشین کر لیا و سیکھ لیا کہ گوشت خوری مقوی و مفید چیز ہے - اس تعلیم یافتہ گوشت خور

جماعت کو لازم ہے و خاص طور سے انہیں کے لئے یہ مضمون لکھا گیا ہے) کہ انہیں یورپین و

امریکن صاحب و گول و قابل ساتنسدانوں کی رائے کو پڑھیں

سے بھی کافی مقدار میں حاصل ہوتے ہیں۔ گوشت میں صرف پروٹین جزو ہی رہتا ہے۔ لیکن سبزی غذا میں پروٹین کے علاوہ چربی، نشاستہ، شکر وغیرہ یعنی طاقت و گرمی پیدا کرنے والے اجزا بھی رہتے ہیں اس لئے بھی یہ سادی غذا بہت مقوی و مفید ہے۔ مختصراً یہ یاد رکھنا چاہئے کہ گوشت میں کوئی ایسی چیز نہیں جو سبزی سے نہ حاصل ہو سکتی ہو۔ البتہ سبزی میں ایک خاص چیز اور پائی جاتی ہے۔ جو غذا ہضم کے لئے بہت مفید ثابت ہوئی۔ وہ وٹامین (VITA-MINE) ہے جو سبزی وغیرہ میں بکثرت موجود رہتی ہے۔ اس کی موجودگی سے اس غذا کے اندر کے موجودہ جز سڑنے و خراب ہونے نہیں پاتے۔ برخلاف اس کے گوشت میں یہ مادہ بالکل ہی نہیں ہوتا ہے۔ وٹامین۔ اُرد۔ چاول۔ چنا۔ مٹر۔ کیلا۔ مسور وغیرہ میں بکثرت رہتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ یہ غلے جات عرصہ تک رکھے رہنے کے باوجود بھی نہیں سڑتے چاول میں خصوصیت سے رہتا ہے۔ اسی لئے پالش کیا ہوا بالکل چکنا چاول نہ کھانا چاہئے۔ کیونکہ اس کے اوپر سے پالش کرنے کے وقت میں وٹامین ضائع ہو جاتا ہے۔ گوشت میں چونکہ وٹامین نہیں ہوتا اس لئے فوراً ہی سڑنے لگتا ہے۔

گوشت غیر مکمل غذا ہے۔

گوشت و سبزی کے اجزا کا مقابلہ کیمیکل طور سے

گوشت میں صرف پروٹیڈ یعنی گوشت بنانے والا جزو رہتا ہے۔ اور کچھ حصہ چربی کا۔ سبزی میں مختلف جز مختلف چیزوں میں ملتے ہیں۔ بعض قسم کی سبزی میں پروٹیڈ نسبتاً گوشت کے پروٹیڈ سے زیادہ ہوتا ہے۔ (مثلاً مسور کی دال۔ اس میں پروٹیڈ کا جز بہت زیادہ ہوتا ہے)۔

گیہوں۔ جو۔ چاول۔ جوار۔ مکہ وغیرہ میں جس کی روٹی بنتی ہیں۔ صرف اسٹارچ (STARCH) یعنی نشاستہ بکثرت موجود رہتا ہے۔ جس سے قوت و گرمی پیدا ہوتی ہے۔

اُرد۔ چنا۔ مٹر۔ مسور۔ ارہر۔ مونگ۔ بادام وغیرہ میں صرف پروٹیڈ یا گوشت بنانے والا جزو بکثرت رہتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہندوستان میں بجائے گوشت کے دال استعمال کی جاتی ہے۔

گھی، دودھ۔ مکھن۔ تل۔ سرسوں۔ ناریل۔ گری۔ اخروٹ وغیرہ میں صرف چربی ہی بکثرت رہتی ہے۔ جس سے قوت و گرمی پیدا ہوتی ہے۔ اس لئے روزانہ تیل یا گھی استعمال کرنا ضروری ہے۔

شکر۔ گڑ۔ مصری۔ گنا۔ ایکھ۔ پھل۔ چھوہارہ وغیرہ میں صرف کاربن (CARBON) یعنی شکر رہتی ہے۔ جس سے گرمی و قوت پیدا ہوتی ہے۔ اس لئے مٹھائی و شکر کا رواج ہر گھر میں ہے۔

کیلہ۔ آلو۔ شلجم۔ چقندر۔ شکرقند۔ سنگھاڑا۔ گھوئیاں۔ ربنڈا وغیرہ میں صرف نشاستہ یعنی اسٹارچ STARCH بکثرت رہتا ہے۔ جس سے گرمی و قوت حاصل ہوتی ہے ٭

سبزی جات مثل ساگ۔ پالک۔ بتھوا۔ مولی وغیرہ میں معدنی نمک و فاسفیٹ PHOSPHATE و قبض دور کرنیوالا مادہ LAXATIVES زیادہ تر رہتا ہے۔ اس لئے دیگر اشیاء خوردنی کے ہمراہ سبزی جات از قسم ساگ نہایت فرحت بخش و ضروری ہوتا ہے ٭

کیا ہی خوبی سادی غذا میں ثابت ہوتی ہے۔ کہ مندرجہ بالا خواص کے مطابق ہر شخص مختلف آب و ہوا کا رہنے والا بھی انہیں چیزوں میں سے اپنے لئے موزوں غذا و ضروری صحت مند اجزا انتخاب کر سکتا ہے۔ برخلاف اس کے گوشت سے صرف ایک ہی چیز حاصل ہوتی ہے ٭

ڈاکٹر لیبگ LEIBIG لکھتا ہے۔ کہ سبزی و گوشت کے پروٹیڈ میں کسی قسم کا فرق نہیں ہوتا ہے پروٹیڈ کے اجزا البیومن و فائبرین بھی ALBUMEN & FIBRIN سبزی و گوشت کے البیومن و فائبرین سے کسی صورت سے مختلف نہیں۔ کیمیکل قاعدہ سے بھی ان میں تمیز و فرق کرنا بالکل غیر ممکن ہے البتہ ایک خاص فرق یہ ضرور ہے کہ گوشت یونہی جلد سڑنے لگتا ہے۔ اسی طرح معدہ میں بھی جلد سڑنے لگتا ہے برخلاف اس کے غلہ وغیرہ نہ بار ہر بت جلد سڑتے بلکہ عرصہ تک قائم رہتے ہیں۔ اسی طرح اندر جسم میں بھی نہیں سڑتے۔ یہ سبزی و گوشت کے اجزا میں واثریں خاص فرق ہے ٭

گوشت دوم درجہ کی غذا ہے

ملک امریکہ کے شہر کیلیفورنیہ کے ڈاکٹر ٹرومین DR TRUEMAN کا بیان ہے۔ کہ گوشت دوم درجہ کی غذا ہے۔ پس

(۱) گوشت زیادہ تر سبزی خور جانوروں ہی کا استعمال کیا جاتا ہے۔ اسی سے صاف ظاہر ہے کہ سبزی کی غذا اعلیٰ درجہ کی ہے۔ جس سے خود جانور وغیرہ اپنا گوشت بناتے۔ پس بجائے اسکے کہ گوشت جو کہ سبزی کا فضلہ ہے استعمال کیا جاوے۔ وہ چیز استعمال کرنا کہیں زیادہ مفید ہوگا۔ جس سے کہ خود گوشت بنتا ہے ٭

(۲) گوشت چونکہ غیر مکمل غذا ہے۔ کیونکہ اس میں اسٹارچ شکر وغیرہ دیگر ضروری اجزا نہیں ہوتے۔ اسلئے بھی یہ غذا دوم درجہ کی معلوم ہوتی ہے ٭

(۳) سبزی کھانے سے جو حصہ خون۔ چربی۔ قوت وغیرہ کے صرف میں نہیں آتا۔ اس کا گوشت بدن بنتا ہے

یعنی جو کچھ سبزی کا اعلیٰ اعلیٰ مادہ و عمدہ جزو ہوتا ہے۔ وہ خون و چربی و طاقت کی شکل میں تبدیل ہو جانے کے بعد جو حصہ بچتا ہے۔ اس سے گوشت بنتا ہے۔ پس سبزی کا فضلہ گوشت ہوتا ہے پس گوشت دوم درجہ کی خوراک ہے

گوشت خوری غیر مفید صحت ہے

شروع میں ہم نے انگلینڈ کے مشہور ڈاکٹر فریر DR. I. T. FERRIER کی رائے گوشتخوری کے خلاف لکھتے ہوئے یہ لکھدیا ہے کہ ڈاکٹر موصوف کا بیان ہے کہ دو کسی گوشتخور کے لئے تندرست رہنا ناممکن سی بات ہے مگر اس جگہ واضح طور پر یہ نہیں لکھا گیا۔ کہ کیوں یہ بات ہے۔ ذیل میں با اہم وجوہات درج کرتے ہیں جس سے صاف ثابت ہو جاتا ہے۔ کہ گوشتخوری فی الحقیقت غیر مفید صحت بلکہ مضر صحت ہے ؛

(۱) گوشتخوری سے غذا کے تناسب میں فرق آجاتا ہے۔ پس گوشت مضر صحت ہے

کیمبلیٹو ریلین ڈاکٹر ٹرڈمین اپنی کتاب "غذا" میں لکھتا ہے۔ کہ ہم کو ہمیشہ غذا میں یہ لحاظ رکھنا چاہئے کہ غذا کی مختلف ضروری چیزوں از قسم پروٹیڈ۔ اسٹارچ۔ شکر۔ چربی نمک وغیرہ میں کسی قسم کی زیادتی نہ ہونے پائے۔ ورنہ صحت کو نقصان پہنچیگا۔ قدرت نے جسمانی مشین کی ساخت میں پھر بھی یہ رعایت رکھی ہے۔ کہ اگر شکر گھی۔ چربی۔ اسٹارچ وغیرہ قوت کی چیزوں میں کچھ زیادتی ہو جاوے۔ تو اسے جسم میں بشکل چربی جمع کر دیتی ہے۔ لیکن پروٹیڈ کے اجزا کے جمع کرنیکا ایسا کوئی انتظام نہیں ہے۔ اس لئے صاف ظاہر ہے کہ گوشت یعنی پروٹیڈ والی غذا کی زیادتی سے صحت کو خاص نقصان پہنچتا ہے ڈاکٹر فشر و چٹنڈن وغیرہ کے اکسپریمنٹ (جن کا ذکر اوپر آچکا ہے) یہی ثابت ہوا ہے۔ کہ ہم کو غذا میں صرف ۱/۷ حصہ پروٹیڈ کا استعمال کرنا چاہئے ؛

ڈاکٹر ٹرڈمین صاحب لکھتے ہیں۔ کہ چونکہ قدرت کے کیمیائی کارخانہ میں سبزی میں اس حکمت سے مختلف اجزا شامل کئے گئے ہیں۔ کہ پروٹیڈ کا جز بہت کم رہتا ہے۔ اس لئے اگر زمین کی قدرتی پیداوار مثل سبزی وغیرہ استعمال کیجاوے۔ تو یہی نہیں۔ کہ اس غذا سے یوریا۔ یورک ایسڈ ایسے زہر کے بننے ہی سے محفوظیت رہتی ہے۔ بلکہ اس سے ایک نہایت مناسب درجہ کی خوراک بہم پہنچتی ہے۔ جو کسی چیز میں نہ زیادہ ہے نہ کم۔ اس لئے گوشت کو غذا میں شامل کرنا پروٹیڈ کے اجزا کو خواہ مخواہ زیادہ کرنا ہے۔ جو سراسر مضر صحت ہے ؛

(۲) گوشت خوری سے جسمانی مشین پر زیادہ کام پڑتا ہے پس گوشت مضر صحت ہے

جب تک انسان زندہ رہتا ہے۔ خون کا دورہ ہوتا رہتا ہے۔ اور اس دوران سے جسمانی گندگی از قسم فضلہ جات بطور پیشاب و پسینہ کے خارج ہوتے رہتے ہیں۔ جو کام کرنے سے ہوتے رہتے ہیں۔ دُور ہوتی رہتی ہے۔ اس طرح سے ہر جسمانی کل کو اپنی صفائی کا کام ہر وقت کرتے رہنا ہوتا ہے۔ اور یہ کافی کام رہتا ہے۔ لیکن گوشت کھانے سے یہ کام اور زیادہ بڑھ جاتا ہے۔ کیونکہ گوشت سے یوریا یورک ایسڈ فضلہ جات پیدا ہوتے رہتے ہیں۔ جس سے جسمانی کل کے کام میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اس زیادتی کام سے پہلے تو جسم کی پوشیدہ طاقت صرف ہوا کرتی ہے۔ اس لئے چنداں نقصان نہیں محسوس ہوتا۔ لیکن رفتہ رفتہ بعد کو لا دوا بیماری ضرر رساں اثر پڑتا ہے۔ پس ضروری و لازمی ہے کہ گوشت کھا کر جسمانی کل کو کمزور نہ کر دینا چاہئے۔ یہی وجہ ہے کہ آج کل بہت سے سائنسدانوں نے یہ دعوےٰ کرنا شروع کر دیا ہے (یہ دعوے زیادہ یوروپین و گوشت خور قوموں ہی کے لئے ہے) کہ انسان کی زندگی گوشت کے ترک کر دینے سے بڑھ سکتی ہے ؛

(۳) گوشت میں ہمیشہ زہریلا مادہ موجود رہتا ہے پس گوشت مضر صحت ہے

۱۔ جیونہی جانور ذبح کیا جاتا ہے۔ دوران خون بند ہو جاتا ہے۔ اس لئے وہ فضلہ و خراب مادہ جو جسم میں بحالت زندگی ہمیشہ کام وغیرہ کی وجہ سے پیدا ہوتا رہتا ہے۔ وہ خون کے ذریعے گردوں میں پہنچکر خارج ہو جاتا ہے۔ مذبوح (یعنی ذبح کئے ہوئے جانور) کے جسم میں وہ فضلہ وہیں کا وہیں یعنی گوشت و پٹھوں میں پڑا رہ جاتا ہے۔ پس زہر جو گوشت میں ہمیشہ موجود رہتا ہے۔ اسی قسم کا ہوتا ہے۔ یاد رہے فضلہ زہریلا ہوتا ہے۔ اس لئے اسے زہر کہتے ہیں ؛

۲۔ ذبح ہونے کے بعد سے لاش سڑنے لگتی ہے۔ یعنی گوشت میں ایک خاص قسم کی مردگی کی سی حالت پیدا ہو جاتی ہے۔ اس مرنے سے ایک خاص قسم کا زہر پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے جسے آج کل ڈاکٹری اصطلاح میں ٹومین یا کیڈاورک پوائزن CADAVERIC POI-SON OR PTOMAINS یعنی مردہ کا زہر کہتے ہیں۔ یوں تو یہ زہر فوراً مرنے کے بعد ہی شروع ہو جاتا ہے۔ لیکن جب یہ زہر بہت زیادہ پیدا ہو جاتا ہے۔ تو تعفن ہونے لگتی و گوشت بالکل مردار ہو جاتا ہے۔ پس گوشت میں یہ دوسرا زہر کم یا زیادہ مقدار میں ہمیشہ موجود رہتا ہے۔ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ جب یہ زہر گوشت میں زیادہ رہتا ہے۔ تو اسے گوشت کے

جو کھاتے ہیں۔ نتیجہ ایکسپرمنٹ کا یہ نکلا۔ کہ انگلینڈ کے باشندوں کے مقابلہ میں یہ نوئیں وزن و قد و قامت وغیرہ میں زیادہ پائے گئے۔ فاربس صاحب نے اور بہت سے تجربے کئے۔ ان سب اپنے تجربوں کی بنیاد پر صاحب موصوف نے یہی رائے قائم کی۔ کہ وہ لوگ، جو بلاگوشت غذا پر زندگی بسر کرتے ہیں۔ باگوشت غذا استعمال کرنے والوں کے مقابلہ میں عموماً زیادہ طاقتور، زیادہ مضبوط و زیادہ تندرست ہوتے ہیں۔ نیز یہ کہ ان لوگوں میں قوت برداشت و طاقت کے کام و کرتب دکھلانے کا مادہ بہت زیادہ ہوتا ہے ۔

B. ڈاکٹر لیمب کی رائے

ڈاکٹر لیمب DR. LAMB بھی بلاگوشت غذا کو باگوشت غذا پر فوقیت دیتا ہوا اور اعلیٰ درجہ کا مقوی صحت ور تسلیم کرتا ہوا لکھتا ہے۔ کہ غالباً یہی وجہ ہے۔ کہ لیپ لینڈ کے تمام باشندے جو زیادہ تر گوشت پر زندگی بسر کرتے ہیں۔ اسی قسم کی آب و ہوا میں رہنے والے ٹیونس TUNIS کے باشندوں کے مقابلہ میں جو صرف زمین ہی کی پیداوار پر گذر کرتے اور گوشت سے پرہیز کرتے ہیں۔ کہیں زیادہ کمزور و قد و قامت میں کم دیکھے جاتے ہیں۔ یہ ٹیونس کے باشندے سویڈن و ناروے والوں کے مقابلہ کے طاقتور ہوتے ہیں ۔

C. ڈاکٹر فریئر کی رائے

Dr. I. T. FERRIER نے بھی بہت سے تجربے کئے اور ان تمام تجربوں سے یہی رائے نکالی ہے۔ کہ بلاگوشت غذا سے طاقت حاصل ہوتی۔ و تندرستی اعلیٰ درجہ کی بنتی و اعضاء و اعصاب و پٹھوں میں خوب طاقت قائم ہوتی۔ تیزی و پھرتی آتی و جسم میں چستی قائم رہتی ہے۔ برخلاف اس کے گوشت کی غذا سے تمام اعضاء پھٹے۔ رگ و ریشے سست پڑ جاتے و بدن غیر تندرست ہو جاتا ہے ۔

D. ڈاکٹر ڈیٹن و جارج ایلن کی ایکسپرمنٹ

ڈاکٹر ڈیٹن و جارج ایلن DR. DEIGHTON & GEORGE ALLEN کے انگلینڈ میں پیدل سفر کا تجربہ یعنی ایکسپرمنٹ خالی از دلچسپی نہیں۔ ڈاکٹر ڈیٹن نے انگلینڈ کا سفر بالکل جنوبی حصہ سے شروع کر کے اسکاٹ لینڈ کے شمالی حصہ تک کا تقریباً ۱۰۰۰ میل کا سفر پیدل طے کیا۔ اور یہ سفر صرف ۲۴ دن ۴ گھنٹے میں ختم کیا۔ دوران سفر

ہیں ڈاکٹر موصوف گوشت کا عرقی دست استعمال کرتے تھے۔ اُن کے مقابلہ ہیں مسٹر جارج ایلن نے جو بہت عرصہ سے بلاگوشت غذا استعمال کرتے تھے۔ اسی سفر کو صرف ۱۶ دن ۲۰ گھنٹہ میں طے کیا۔ جس سے صاف ظاہر ہوا کہ گوشت کے استعمال کرنے والے پرہیز کرنے والوں سے کسی صورت میں طاقت کے مقابلہ میں سبقت نہیں لے جا سکتے ✦

۶۔ ہندوستان کے تجربے

ناظرین کے دلوں میں قدرتاً یہ خیال موجزن ہوا ہوگا۔ اور شک گذرتا ہوگا۔ کہ بلاگوشت غذا میں مخالف یوروپین وامریکن وسائنسدان یہ وصف دیکھتے ہیں۔ کہ باگوشت غذا استعمال کرنے والی قوموں کے مقابلہ میں یہ لوگ عموماً زیادہ طاقتور و تندرست نظر آتے ہیں۔ تو پھر کیا وجہ ہے۔ کہ ہندوستانی اس قدر کمزور ہیں۔ کیوں غیر قوموں کے غلام ہیں۔ کیوں غیر تندرست نظر آرہے ہیں وغیرہ وغیرہ۔ اس کے متعلق صرف اس قدر ہی لکھنا کافی ہوگا۔ کہ اس غلامی یا غیر فوجی و غیر جنگجو عادات کے وجوہات کوئی اور ہی ہیں۔ نہ کہ گوشت کا نہ کھانا۔ کیونکہ مندرجہ بالا غیر متعصب یوروپین سائنسدانوں و ڈاکٹروں کی رائیں جو کثیر تجربہ سے قائم کی گئی ہیں۔ جبکہ گوشت خوری کے خلاف فتوے صادر کر رہے ہیں۔ اور اپنے ملک کے باشندوں کو اس سے پرہیز کرانے کی کوشش کر رہے ہیں۔ تو پھر کیونکر ہندوستان کی حالت کا انحصار اس عدم گوشت خوری پر تسلیم کیا جاوے (لیپ لینڈ و ٹیونس کے باشندوں کا فرق ملاحظہ کرو) ✦

سیکڑوں قومیں صفحۂ ہستی سے مٹ گئیں۔ ان کا پتہ و نشان بھی اس وقت نہیں ملتا۔ پر ایسی قوت مقابلہ کی بدولت جو سادی غذا سے حاصل ہوتی ہے۔ ہندوستان باوجود عرصہ کی غلامی کے اپنی ہستی قائم کئے ہے۔ اس کے متعلق یہ بھی یاد رکھنا چاہیے کہ حکومت اعلےٰ دماغ واری سے ہوتی ہے۔ نہ کہ اعلےٰ جسم سے۔ اور اعلیٰ دماغ ہمیشہ سادی و بلاگوشت غذا سے پیدا ہوتا ہے۔ جیسا کہ مندرجہ بالا تحریروں سے ثابت ہے۔ یا جیسا آگے درج ہے۔ اپنے زمانہ عروج و عالم فتوحات میں اہل یونان اہل روم۔ اہل سپارٹن۔ خصوصاً ان کی فوجیں قطعی بلاگوشت خوار تھیں۔ اور جیوں جیوں ان میں استعمال گوشت ہوتا گیا۔ زوال آتا گیا ✦

چونکہ باستثناء تعلیم یافتہ تہذیب یافتہ کہلانے والے اصحاب جن کا رجحان خیال

آج یہ زور پکڑتا جا رہا ہے۔ کہ جسمانی و دماغی قوت پیدا کرنے کے لئے گوشت ضروری و مفید چیز ہے۔ انہیں کے لئے یہ آنکھ کھولنے والا مضمون لکھا گیا ہے) عام طور سے ہندوستانی بالکل سادی غذا استعمال کرتے ہیں۔ اس لئے یہاں اس قسم کے تجربے نہیں کئے گئے۔ نہ ضرورت ہی لاحق ہوئی۔ اس لئے یہ تجربے کچھ مندرج نہیں کئے گئے۔ البتہ اس کی تائید میں دو ایک پُرزور اثر پذیر باتیں درج کی جاتی ہیں۔ جو نتیجہ کے لئے کافی ہیں۔ ہندوؤں شاستروں میں یہ عام طور سے لکھا ہوا ہے۔ کہ گوشت ہرگز نہ کھانا چاہئے خصوصاً اُن لوگوں کو جنہیں برہم ابھیاس۔ ایشور چنتن۔ یوگ سادھن وغیرہ کرنا ہے۔ خاص طور سے ممنوع قرار دیا گیا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ برہمن فرقہ گوشت کو قطعی استعمال نہیں کرتا ہے۔ ان رشی و مہاتماؤں کو جنہیں اعلیٰ خیالات پیدا کرنا دنیا سے نئے دنیا کو ہلانے والے مضامین لکھنا وغیرہ کام رہتا تھا۔ گوشت سے قطعی پرہیز تھا۔ کیونکہ گوشت سے قوت نفسانی تیز ہو جاتی ہے۔ برخلاف اس کے قوت روحانی کمزور ہو جاتی ہے۔ یہ عام طور سے ہر ہندو پر ذہن نشین ہو گیا۔ بلکہ جو روحانی زندگی یا مذہبی دائرہ میں آ جاتا ہے وہ خود ترک کر دیتا ہے۔ ہمارے رشیوں نے پہلے ہی ایسے تجربہ کر کے ممنوع و قابل ترک بتلا دیا ہے۔ بجز ایک دوام مارگ فرقہ کے اور کوئی مذہب گوشت خوری کو جائز نہیں قرار دیتا۔ کیونکہ گوشت خوری سے من کی برتیاں چنچل و متحرک ہو جاتی ہیں۔ من یکسو نہیں ہونے پاتا۔ یوگ سادھن و گیان دھیان کے لئے یکسوئی دل کی از حد ضرورت ہے۔ اس لئے گوشت خوری ہر صورت سے ممنوع و غیر مفید سمجھ کر ہمارے رہنمایان قوم نے مذہب کی شکل میں تبدیل کر کے مذہبی قانون سے ممنوع قرار دیا۔ چنانچہ جو شخص پکا دیندار و پابند مذہب ہوتا ہے وہ گوشت سے ہمیشہ پرہیز کرتا ہے۔ گوشت نہ استعمال کرنے کی وجہ سے ہی ہندوستان اعلیٰ اعلیٰ خیالات پیدا ہوتے رہے۔ آج تک جتنے بھی شخص بڑے ہوئے ہیں۔ جنہوں نے دنیا میں ہلچل مچا دی ہو۔ یا جنہوں نے دنیاوی خیالات میں انقلاب برپا کر دیا ہو۔ وہ ہمیشہ بلا گوشت خوار تھے۔ دیکھئے مہاتما گاندھی خود بالکل سادی غذا پر گذران کرتے ہیں پھر ان کے خیالات نے دنیا میں تہلکہ مچا دیا۔

پروفیسر رام مورتی کو ہر شخص نے دیکھا ہوگا۔ اور ان کے جسم اور جسمانی قوت کا ہر شخص قائل ہوگا۔ کہ ان کا کیسا عظیم الشان گراں ڈیل قد و قامت اور چوڑا سینہ و ہاتھی

کہ جسم کی سی اصلی جسمانیت و قوت ہے۔ وہ موٹروں کو یکدم روک دیتا۔ لوہے کی زنجیروں کو توڑ دیتا ہتھی تک کو سینہ پر چڑھا لیتا۔ کیا یہ اعلیٰ تندرستی و عمدہ جسمانیت کا ثبوت نہیں ہے۔ کیا یہ لاثانی طاقت رام مورتی کو گوشت سے حاصل ہوئی ہے۔ ہرگز نہیں۔ پروفیسر موصوف نہایت سادی غذا استعمال کرتے۔ گوشت سے قطعی پرہیز کرتے۔ پروفیسر صاحب نے یورپ کے مشہور پہلوان سینڈو کو کئی بار کشتی و مقابلہ کے لئے چیلنج دیا۔ ان کے خوف سے سینڈو نے چیلنج کبھی بھی منظور نہ کیا۔ پروفیسر صاحب زمانہ کے بھیم ہیں۔ تمام دنیا میں سفر کر چکے ہیں۔ اور تمام دنیا کو اپنی لاثانی قوت کے کرشمے دکھلا کر دنگ کر چکے ہیں۔ اور ہر ایک کو چیلنج دے کر سادی غذا کی فوقیت کا سکہ ہر ایک کے دل میں بٹھا چکے ہیں۔ حق تو یہ ہے۔ کہ بالکل سادی غذا استعمال کرتے ہوئے تمام دنیا بھر میں اپنا ثانی نہیں رکھتے۔ کیا یہ سادی غذا کی عظیم فوقیت ثابت کرنے میں نہایت اثر پذیر قابل یقین بات نہیں ہے؟

گورکھا۔ راجپوت سپاہیوں نے حال کی جنگ میں دنیا کو اپنی شجاعت دکھلا کر گوشت غذا استعمال کرنے والی فوجوں کے مقابلہ میں دنیا میں اپنا لوہا منوا دیا ہے۔

ہندوستان میں جتنے پہلوان ہوتے ہیں۔ اور کشتی وغیرہ کرنے والے جسم کو نشوونما دیتے رہتے ہیں۔ وہ زیادہ تر بلا گوشت خور ہوتے ہیں۔ اور ان گوشت خوروں کے مقابلہ میں جو کبھی کبھی یا کچھ کچھ گوشت کھاتے ہیں ہمیشہ فتح یابی حاصل کرتے رہتے ہیں۔

پنجابی لوگ کیا اس وقت جسمانیت میں انگریزوں و دیگر قوموں سے افضل نہیں کیا بہادر پنجابی لوگ۔ قوت دلیری و مردانگی و حوصلگی میں کسی سے کم ہیں؟ وہ بیچارے لوگ صرف سادی غذا پر گذران کرتے۔ اور غلہ وغیرہ دودھ استعمال کرتے ہیں۔

عمدہ دماغ۔ اعلیٰ خیالات سادی غذا سے پیدا ہوتے ہیں۔ نہ کہ گوشت سے

(۱) سادی غذا سے عمدہ خیالات۔ یہ عام طور سے رائج انگریزی زبان کا فقرہ ہر ایک کو یاد معلوم ہوگا۔ SIMPLE LIVING AND HIGH THINKING یعنی سادہ غذا سے اعلیٰ خیالات پیدا ہوتے ہیں دیکھئے [illegible] اور فلاسفروں ہی کا قول ہے۔ پس یہ غلط خیال دل سے دور کر دو کہ گوشت سے اعلیٰ

ہے۔ تپ دق کا خاص سبب بڑے گوشت کا استعمال تسلیم کیا گیا ہے۔ انہیں بدنتائج و خاص خاص امراض کی وجہ سے مہربان ملک و بہی خواہان قوم نے اس جانب اپنی توجہ مبذول کرکے اسے گوشت خوری سے خاص متعلق پاکر رائے دینا شروع کیا ہے۔ کہ عوام کو گوشت خوری سے پرہیز کرنا لازم ہے ‌٭

امریکہ میں گوشت خوری کیخلاف سخت جدوجہد

فی زمانہ سب سے زیادہ باعمل قوم امریکن ہے یہ ایک نہایت آزاد قوم ہے اور ہر قسم کے نئے سے نئے تجربے کرنا و معلومات بڑھانا۔ و بلا کسی خاص ملکی یا مذہبی تعصب کے ان کو اختیار کرنا و عمل میں لانا ایک خصوصیت ہے۔ جو اس وقت اور ملکوں میں نہیں ہے۔ مذہبی آزادی کافی طور سے ہے۔ ہر شخص ہر قسم کے خیال کی اشاعت کرسکتا ہے ٭

ابھی حال ہی میں امریکن لوگوں نے شراب کے بدنتائج عملی طور سے دیکھ کر اپنے ملک میں شراب بند کرنے کی محض لفظی کارروائی ہی نہیں کی۔ بلکہ عملی طور سے قانون اقتداعی بناکر شراب کا فروخت کرنا جرم قرار دے کر امریکہ میں شراب کا قطعی انسداد کردیا۔ جب شراب کی فروخت بند ہو جاویگی۔ تو پھر پبلک کو استعمال کرنیکا موقع ہی نہیں مل سکتا ٭

شراب کے خلاف جدوجہد جاری کرنے کے بعد اب گوشت کے خلاف بھی اپنی آواز بلند کرنا شروع کردیا ہے۔ یوں تو تمام دنیا بھر کے لائق لائق ڈاکٹروں نے گوشت خوری کو مضر صحت قرار دیا۔ لیکن عملی طور سے اس کے خلاف جدوجہد کرنا امریکہ ہی نے شروع کیا۔ چنانچہ امریکہ نے مختلف حصوں میں مختلف سوسائٹیاں قائم کرکے اس کے خلاف تعلیم دینا و لیکچر بازی کرنا و بذریعہ پمفلٹ اس کے بدنتائج سے پبلک کو آگاہ کرنا۔ بلاگوشت غذا کے فوائد بیان کرنا۔ عملی طور سے بذریعہ میجک لینٹرن (تصاویر) MAGIC LANTERN لیکچر دیکر لوگوں پر ذہن نشین کرنا شروع کردیا ہے سچ ہے۔ محنت رائیگاں نہیں جاتی۔ چنانچہ بہت لوگوں نے گوشت ترک کرنا بھی شروع کر دیا ہے۔ مختلف ہیلتھ آفیسروں و ڈاکٹروں نے بھی عام طور سے کہنا و ثابت کرنا شروع کردیا ہے۔ کہ تپ دق کا خاص سبب گوشت خوری ہے۔ قصہ مختصر انکی جدوجہد کا اثر ہندوستان تک محسوس ہونے لگا ہے۔ وہاں سے بہت سے پمفلٹ و کتابیں ہندوستان میں آنی شروع ہوگئی ہیں۔ چنانچہ اس آرٹیکل میں زیادہ تر انہیں

وخیالات وتجربات انہیں کتابوں میں سے بطور اقتباس برائے واقفیت پبلک درج کی گئی ہیں ٭

گوشت خوری تپ دق کا سبب ہے - امریکن تجربہ

گوشت میں تپ دق کے کیڑے

امریکن ڈاکٹروں کا بیان ہے - کہ جہاں تپ دق کے اور بہت سے اسباب ہیں - وہاں گوشت خوری خاص اہمیت رکھتی ہے - جس کی خاص وجہ یہ ہے - کہ ان جانوروں میں سے جن کا گوشت استعمال کیا جاتا ہے - زیادہ تر تپ دق میں مبتلا پائے جاتے ہیں - اور ایسے جانوروں کے گوشت کھانے سے تپ دق کا مادہ جسم میں گھر کر لیتا ہے - اس تحقیق کے لئے کہ جانوروں میں جن کا گوشت استعمال کیا جاتا ہے - کیا واقعی تپ دق کا مادہ موجود رہتا ہے - اور کیا یہ واقعی تپ دق میں مبتلا پائے جاتے ہیں - جبکہ بظاہر دیکھنے میں یہ جانور تندرست وغیر مدقوق نظر آتے ہیں - اور معمولی طور سے کیا - بلکہ ڈاکٹروں کی نظر میں بھی ظاہرا تندرست معلوم ہوتے ہیں - امریکہ میں ہیلتھ آفیسران نے بہت سے تجربے کئے - اور ذبح کئے ہوتے جانوروں کا بغور معائنہ کیا - جس سے عام نتیجہ یہ دیکھا گیا - کہ اندازاً ۲۰ سے ۴۰ فیصدی ان جانوروں میں سے تپ دق میں مبتلا پائے جاتے ہیں - ان جانوروں میں گائے بیل سؤر - بھیڑ بکری وغیرہ شامل ہیں - جن کا گوشت امریکہ میں کھایا جاتا ہے - اس کے متعلق پروفیسر ریونڈ آف وسکانسن یونیورسٹی امریکہ PRO-FESSOR RAVEND OF UNIVERSITY OF WISCONSIN لکھتا ہے - کہ تمام امریکہ یعنی یونائیٹڈ اسٹیٹس (U.S.A) میں ہر سال ۵۰ ۳ لاکھ سؤر جو گوشت کے استعمال کے لئے مارے جاتے ہیں - ان میں سے ۷ لاکھ تپ دق میں مبتلا دیکھے جاتے ہیں - جن کا پتہ بعد کو ان کے خون کے معائنہ سے معلوم ہوتا ہے ٭

اسی کے متعلق بوسٹن ملک امریکہ BOSTON U.S.A. کے ہیلتھ آفیسران نے مل کر یہ نتیجہ نکالا ہے - کہ ہر سال دس لاکھ گائیں تپ دق سے بیمار ہوتی ہیں - اور ان میں سے قریب قریب سب کی سب انسان کی خوراک بنجاتی ہیں - اس کے مزید ثبوت میں وہ لوگ یہ لکھتے ہیں - کہ تمام امریکہ U.S.A بھر میں ایک سال ۳۰،۰۲۵ گائیں کی لاش

محض اس وجہ سے ضائع و تلف کر دی گئیں - وہ نہیں پاس کی گئیں - کہ ان کو عام تپ دق
GENERAL TUBERCULOSIS تھا - یعنی ان کے گوشت کے ہر حصہ
میں تپ دق کے جراثیم GERMS تپ دق کا مادہ موجود تھا - اسی سال میں
۹۹۶۳۹ گائیوں کی لاشوں میں سے کچھ حصہ اس وجہ سے برباد و تلف کر دیا گیا تھا
کہ ان کے خاص حصوں میں تپ دق کا مادہ موجود تھا - LOCAL TUBER
CULOSIS اور غذا کے لئے بالکل بیکار تھا ؏

بلا گوشت غذا باگوشت غذا سے کہیں زیادہ مقوی

مشہور سائنسدانوں کے تجربے
اعلےٰ ڈاکٹروں کی رائے

ذیل میں دنیا بھر کے مشہور سائنسدانوں اور ڈاکٹروں کے تجربے (ایکسپریمنٹ) اور رائیں درج کی جاتی ہیں - جن سے معلوم ہوگا - کہ واقعی بلا گوشت غذا باگوشت غذا کے مقابلہ میں کہیں زیادہ مقوی ہوتی ہے - ذیل کے تجربوں میں زیادہ تر حوالہ جات امریکن سائنسدانوں کے ہیں - کیونکہ امریکہ میں آج کل گوشت خوری کے خلاف جدوجہد کرنے کی وجہ سے بہت سے تجربے کئے جا رہے ہیں - اور قریب قریب سب اس امر میں متفق الرائے ہوتے جا رہے ہیں - کہ بلا گوشت غذا نہایت موزوں و قدرتی خوراک انسان ہے - اور حیرت کا مقام ہے - کہ ان ڈاکٹروں کے تجربوں و رائے کے خلاف کسی کو آواز اٹھانے کی جرأت نہیں ہوتی - بلکہ جو جو اس معاملہ میں غور و خوض کرتے ہیں - وہ سادی غذا کے شیدا و قائل ہوتے جاتے ہیں - افسوس کا مقام ہے کہ جہاں اور قومیں گوشت خوری کے بدنتائج دیکھ کر ترک کرتی جاتی ہیں اس کے مقابلہ میں ہندوستان میں تعلیم یافتہ فرقہ گوشت خوری کو ضروری و مقوی دماغ خیال کرنے کے وہم میں اس بدعادت کا شکار ہوتا جاتا ہے ؏

ذیل میں صرف آسان آسان ایکسپریمنٹوں کا حوالہ دیا گیا ہے کہ عوام یعنی پبلک آسانی سے سمجھ سکے - اور سادی غذا کے فوائد کی قائل ہو سکے ؏

(۱) ملک امریکہ کے تجربے

۸ پروفیسر چٹنڈن کے ایکسپریمنٹ

پروفیسر چٹنڈن امریکہ کے نہایت مشہور عالموں میں سے ایک ہیں - پروفیسر

موصوف امریکن فزیالوجیکل سوسائٹی کے پریذیڈنٹ اور شفیلڈ سائنٹفک اسکول آف
ایل کے ڈائرکٹر ہیں PROFESSOR R.H. CHITTENDEN, PRESI-
DENT OF AMERICAN PHYSIOLOICAL SOCIETY, AND
DIRECTOR OF SCIENTIFIC SCHOOL OF YALE پروفیسر
صاحب نے کئی برس تک بہت دلچسپی و محنت و کوشش سے بہت سے معرکہ کے تجربے کئے
ان تجربوں کے لئے پروفیسر صاحب نے ہر قسم کے آدمی مختلف مزاج و مختلف پیشہ
و عادات و عمر و طاقت وغیرہ کے لحاظ سے قائم کی۔ کہ ہر صورت و ہر طرح سے بلا
کسی قسم کے علمی یا سائنٹفک تعصب کے بلا گوشت غذا یا گوشت غذا کے مقابلہ پر
کہیں زیادہ مقوی و مفید صحت ہے۔ نیز یہ کہ گوشت کو ترک کر دینے سے قوت جسمانی و
دماغی زیادہ تیز ہو جاتی ہے۔ خصوصاً یہ کہ قوت برداشت تو بلا گوشت غذا سے کہیں
زیادہ حاصل ہوتی ہے۔ جیسا کہ ذیل کے دو چار ایکسپریمنٹ سے خود ہی آپ پر روشن ہو
جاویگا۔ واضح رہے۔ کہ ذیل کے ایکسپریمنٹ میں زیادہ تر قوت مقابلہ ہی کا ذکر ہے

A ایکسپریمنٹ یعنی تجربہ ۱ پروفیسر صاحب نے اس تجربہ کے لئے سات
ایسے آدمی انتخاب کئے جو دماغی ہی کام کیا کرتے تھے اور جن کو جسمانی کام سے زیادہ
تعلق نہ تھا۔ ان میں سے تین ڈاکٹر۔ تین پروفیسر اور ایک کلرک تھے۔ ان سب کو یک دم
گوشت کی حسب معمول کی نصف خوراک کر دی گئی۔ اس طرح نصف گوشت پر یہ لوگ ۶ ما
تک زیر مشاہدہ رہے۔ ۶ ماہ بعد ان کا معائنہ کرنے سے معلوم ہوا کہ باوجودیکہ گوشت
نصف مقدار میں دیا جاتا تھا۔ لیکن ان کا جسمانی وزن بالکل نہیں گھٹا اور تندرستی
کی نسبت بہتر ہو گئی۔ سب سے زیادہ قابل غور بات یہ ہوئی۔ کہ ان لوگوں کی دماغی طاقت
زیادہ ہو گئی۔ اس سے بلا گوشت غذا کی فوقیت ثابت ہوئی ؛

نوٹ - پروفیسر، وکیل، ڈاکٹر، کلرک و دیگر دماغی کام کرنیوالے اصحاب اس
ایکسپریمنٹ سے سبق حاصل کریں۔ گوشت کھانے سے دماغی قوت نہیں بڑھتی
بلکہ سادی ہی غذا سے دماغ رہتا، قوت دماغ عمدہ اور زیادہ رہتی ہے ؛

B ۔ ایکسپریمنٹ یعنی تجربہ ۲ پروفیسر چٹنڈن صاحب نے امریکن فو
کے ۲۰ فوجی سپاہی مختلف عمر مزاج و قابلیت کے انتخاب کئے اور ان کو ۶ ماہ تک